સર્વાત્મ

લેખક અને પ્રકાશક,
સર્વાત્મ શુભચિંતક સાધુ મહાવીરદાસજી
ગુરૂ જાનકીદાસજી.
મુ. ધોળકા. જીલ્લે અમદાવાદ.

અમદાવાદ—પીરમશાહ રોડ ઉપર નિર્મળ પ્રિંટિંગ પ્રેસમાં
લલ્લુભાઈ ઈશ્વરભાઈ ત્રિવેદીએ છાપ્યું.

આવૃત્તિ ૧ લી. પ્રત ૫૦૦૦.
સંવત ૧૯૭૩. સને ૧૯૧૭.

મૂલ્ય અમૂલ્ય.

સૂચના—ફક્ત પોસ્ટ ખર્ચ માટે બે પૈસાની ટીકીટ મોકલનારને આ પુસ્તક મફત-ભેટ મોકલવામાં આવે છે.

..ના
અનુગ્રહ વડે 'જનહિતાય' ભલામણ
આપનો સ૦નો સ્નેહાનુરાગી.
સર્વાત્મ શુભેચ્છક.
સાધુ મહાવીરદાસજી.
મુ. ધોળકા. જી. અમદાવાદ.

અનુક્રમણિકા.



જાહેર પ્રજા તરફના સંતોષના ઉદ્દગારો.

(સર્ટીફીકેટો.)

વૈદ્ય, ડોક્ટરો, વિદ્વાનો તથા સદ્‌ગ્રહસ્થો તરફથી મળેલા ઘણા અભિપ્રાયો પૈકી થોડા અહીં પ્રગટ કરવામાં આવ્યા છે.

વકીલ પાટીલ સાહેબનો અભિપ્રાય:—

૧—ઇંગ્રેજીપરથી ગુજરાતી:—સર્ટિફિકેટ લખી આપુછું કે, મુળ સાણંદના રહીશ અને હાલ ધોળકાના રહેનાર મહારાજ મહાવીરદાસજીને હું ઓળખુછું, તેઓ પ્રામાણિક દેશી વૈદ્ય અને આબરૂદાર માણુસ છે. દેશીરીત પ્રમાણે દવાઓ અને ભસ્મો તેઓ તૈયાર કરે છે. માધવનિદાન, ભાવપ્રકાશ વગેરે ગ્રંથોનો અભ્યાસ કરેલો છે.

ગોવિંદરાવ પાટીલ. બી. એ. એલ. એલ. બી.

અમદાવાદ. ૩૦—૫—૧૦

૭-૧૫ રા. રા. મહારા-
ગોવિંદરાવ પાટીલના

"તમારો પત્ર તેમજ 'શારીરિક આરોગ્ય' આજે મળ્યાં છે, અને તે આભાર સાથે સ્વીકાર્યું છે.

+ શારીરિક આરોગ્ય એ મનુષ્યજીવનની ઇમારતનો પાયો છે, અને એની આવશ્યકતા તમે સારી રીતે પિછાની તત્ સંબંધી જ્ઞાનનો લાભ એ પુસ્તકદ્વારા આપી લોકોની ઉમદા સેવા બજાવી છે તે માટે તમને ધન્યવાદ ઘટે છે.

લોકોપયોગી અન્નક્ષેત્ર કે એવું કંઇ તમે કરવા માગતા હો તો તે સંબંધી બનતી મદદ કરવા મ્હેં તમને કહેલું છે "

૩.—આ ઉપરથી સર્ટિફિકેટ લખી આપવામાં આવે છે કે, ધોળકાના રહીસ મહારાજ મહાવીરદાસજી જે હાલ વીરમગામમાં છે તેઓ એક અનુભવ મેળવેલા દેશી વૈદ્ય છે. દેશી રીત પ્રમાણે તમામ ઔષધો તૈયાર કરવામાં તેમનું સારૂં જ્ઞાન છે. દેશી દવાના ગ્રંથોના સારા જ્ઞાન સાથે ઇંગ્રેજી દવાઓનું પણ સારૂં જ્ઞાન છે. સને ૧૯૦૮ ના મે મહીનામાં જ્યારથી હું અહીંઆં આવ્યો ત્યારથી તેમને હું ઓળખું છું.

(સહી) મોતીરામ દુરગારામ દેસાઇ સબ. આસી. સરજન.
વીરમગામ તા. ૪-૭-૧૦

+ શારીરિક આરોગ્યના પુસ્તકની જાહેરાત આ પુસ્તકના પાછળના પુંઠાપર લખવામાં આવી છે તે તરફ વાંચકનું ધ્યાન ખેંચવામા આવે છે.

ધોળકા. તા ૨૦ જાનેવારી

૪—**હું ધોળકા** આવ્યા પછી છેલ્લા બે વરસથી વૈદક કરનાર મહારાજ મહાવીરદાસજીને ઓળખું છું, બીજા વૈદો અને હકીમો આંખો મીંચીને દવા કરતા જાય છે તે મનુષ્યોની જીંદગી જોખમમાં નાખે છે, આ મહારાજમાં તેવો અવગુણ નથી પણ માણસજાતની જીંદગીઉપર દયા છે, કારણકે કોઈ વખત બીજાઓની માફક પૈસાના લોભમાં દરદીઓને જોખમમાં નાખતા નથી.

(સહી) સીનીયર મેડીકલ ઓફીસર—ધોળકા—ડીસપેન્સરી

ધોળકા તા. ૪–૩–૧૭

૫ મને કહેતાં ઘણીજ ખુશી ઉપજે છે કે, **ધોળકાના** રહીશ મહારાજ મહાવીરદાસજી એ એક અનુભવી દેશી વૈદ છે, અને તેમને દેશી વૈદક શાસ્ત્રનું ઘણું સારૂં જ્ઞાન છે. જોકે તેઓ દેશી દવાનું કામ કરે છે તો પણ કેટલાંક હઠીલા અને ભયંકર દરદ કે જેમાં તેમને કદાચ પુરેપુરી સમજ પડે તેમ ન હોય અગર તો દરદીને કદાચ મટે તેમ ન હોય તો પણ તેઓ પોતાના કરતાં વધારે અનુભવી અને હોંશીયાર તબીબની સલાહ લેવાને માટે અગર તો દવા કરવા છોડી દેવાને માટે નીર્માની તથા નીસ્પૃહરીતે દરદીને સલાહ આપે છે. તેમનું પોતાના ધંધામાં આવું નીર્માની અને નીસ્પૃહપણું, એજ તેમની

☞ આ પુસ્તક મનુષ્યોને સદોપદેશ આપી ભવરોગાદિ વિપત્તિને કાપી અતુલ આનંદને સ્થાપી ખરેખર એક "**સન્મિત્ર સાધુ**"ની ગરજ સારે છે. માટે સુજ્ઞ પુરૂષો અવશ્ય ધ્યાન દઇ વાંચશે.

૧માં કુશળતા બતાવી આપે છે; અને મને ખાત્રી
[પણ માણુસ તેમના સાથે એકજ વખતના પ્ર-
સંગ ાવશે, તો તેને જણાશેકે, મહારાજ પોતે એક
દયાળુ અને ભરોસાદાર દેશી વૈદ છે.

ચતુરભાઇ વાઘજીભાઇ.પટેલ.
પોલીસ સબ ઇન્સપેક્ટર.—ધોળકા.

૩૧ મનમોહન બીલ્ડીંગ,
ચંદુલાલ મોતીલાલ શાહ. ગાયવાડી, ગીરગામ.
મુંબાઇ ૬ ડીસેમ્બર ૧૯૧૫

૬—મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી તરફથી તૈયાર કરવામાં આવતી દવાઓ વગર જોખમે ગુણકારી છે એવી પરિક્ષા કરવાની તક અમોને મળી છે. તેમની દવાઓ પૈકી કેટલીક મં વાપરી છે, તે ઘણી ગુણકારી છે.

મારી તંદુરસ્તી મેળવવા ખાતર જે મહારાજ તરફથી મને સલાહ મળેલી છે તે સુલભ અને આયુર્વેદના નીયમ પ્રમાણે છે, મહારાજ તરફથી જે દવાની સલાહ મને મળી છે તે ઉપકારના બોજાથી મુક્ત થઈ શકાય નહિ. તમામ દરદીઓ અને તંદુરસ્તી ખરાબર નહિ હોય તેવા માણસોને હું ખુશીની સાથે ભલામણ કરૂંછું કે, તેમની સારવાર નીચે રહે. મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી ધાર્મિક વૃત્તિવાળા અને દયાળુ પુરૂષ છે, આયુર્વેદિક વૈદ્યશાસ્ત્રી તરીકેના સારા અનુભવી છે. અને " સર્વોતમ શુભ ચિંતક " નામના ખીતાબને માટે તેઓ યોગ્ય છે. હું આશા રાખુછું કે મનુષ્ય જાતપર ઉપકાર કરવાની તક તેઓને મળે અને ઇશ્વર તે તરફ અનુગ્રહ કરે.

કાલોલ તા. ૧૦ ડીસેમ્બર ૧૯૧૫

૭—હું ઘણી નમ્રતા સાથે કહુંછું કે, મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી તરફથી અમને મળેલી અભ્રક ભસ્મ ઘણીજ ગુણકારી છે તેમજ જે ભસ્મો બજારમાં વેચાય છે તેના કરતા આ ઘણીજ શુદ્ધ છે. સસ્તા ભાવનું કારણ એટલુંજ છે કે "સર્વોત્તમ શુભ ચિંતક" નામથી મહારાજશ્રી ઓળખાતા હોવાથી તેઓનો પ્રયત્ન મનુષ્ય જાતના ભલા માટેજ છે હું માનુંછું કે મહારાજ તરફથી તૈયાર કરવામાં આવતી દવાનો લાભ યોગ્ય રીતે તમામ લોકો લેશે.

હીંમતલાલ માણેકલાલ દેસાઇ, ઓવરસીઅર, કાલોલ પંચમહાલ જીલ્લો.

ઉપરોક્ત અભિપ્રાયો ઇંગ્રેજી પરથી ગુજરાતી કરેલાછે.

અમદાવાદ તા. ૧૨–૨–૧૬

૮—**અમો પરી ચંદુલાલ માણેકલાલ નવલરામ મુલચંદવાળા** આ સર્ટિફિકેટ લખુંછું કે, મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી ગુરૂ **જાનકીદાસજીએ** પરોપકારના અર્થે ઘણાં કાર્ય કરે છે અને ગુરૂકૃપાથી તેમાં ફતેહ મેળવે છે. વળી તેઓની પાસે દ્રાક્ષરસ જેવી ઔષધો કે જેનો ઉપયોગ રા. રા. શેઠ મંગળદાસ ગિરધરદાસ માટે મારા હસ્તક કરેલો જેમાં **દમ જેવી ખાંસીને ઘણોજ અસરકારક** થયો હતો. વળી તેઓ વિશ્વાસ રાખવા યોગ્ય પુરૂષ છે. કારણ કે તેમના હસ્તે કોઇ પણ ગેરફાયદો થાય તે બનવું અશક્યજ છે અને તેઓ પરાયા દુઃખે દુઃખી દેખાવ તેમની આકૃતિ ઉપર નિહાળતાં ખાત્રી થશે કે તેઓ ઘણા પવિત્ર પુરૂષ છે. એમ મને સહેવાસથી તે વાત મારા જાણવામાં બરાબર છે. **સહી દ. પોતે.**

વીરમગામ તા. ૧૫-૨-૧૯૧૬.

મહારાજ શ્રી મહાવીરદાસજી. મુરૂજાનકીદાસજી

મુ. ધોળકા.

૫૦૦ આપ શ્રી સાથેના પરિચયથી મને જણાવતાં સંતોષ ઉપજે છે, કે, કે આયુર્વેદીય પ્રમાણુ ગ્રંથોનો આપનો અભ્યાસ અને તે તે દ્વારા સંપાદન કરેલું વૈદકજ્ઞાન ઉપરાંત ઈંગ્રેજી ઉપચારોનું પ્રાપ્ત કરેલું જ્ઞાન, આ જ્ઞાનને અનુસરી લાંબા સમયથી કરાતા વૈદક કામ નો અનુભવ, તે ધંધામાં જણાતા નિર્લોભતા, નિર્માનતા, નિઃસ્વાર્થતા, દરદી પ્રતિની સંભાવતા, આદિ અગત્યના ગુણોએ સર્વ જોતાં આપના પ્રસંગમાં આવેલા હરકોઇને આપના પ્રતિ શ્રદ્ધા પ્રકટી માન પેદા થાય એ સ્વાભાવિક છે.

તવંગર, ગરીબ તરફનો આપનો એક સરખો ભાવ, ગરીબ અને નિરાધાર દરદીને બની શકતી સગવડ સાથે મફત ઉપચારો કરી આશ્વાસન આપવામાં રહેલી આપશ્રીની કર્તવ્ય પરાયણતા, આપે બનાવેલી દવાઓ, ભસ્મો, આદિનું વિશુદ્ધિપણું ઉપરાંત ગુણોમાં અકસીર છતાં મૂલ્યમાં ઘણુંજ વાજબીપણું, વળી ગરીબોને પરોપકાર ભાવે મદદ કરવાપણું એ સર્વ બાબતોનો અનુભવ થતાં આપશ્રીનું "સર્વોત્તમ શુભેચ્છક" પણું હરકોઇને સ્પષ્ટ થયા વિના રહેશે નહિ. આર્થા પ્રામાણિક દેશી વૈદ્યોની ચાહના વાળા સર્વ સુજ્ઞજનોનું આપના જ્ઞાન તથા અનુભવનો એક વખત લાભ લેવા તરફ ધ્યાન ખેંચવું યોગ્ય જણાય છે આપની પરોપકારી વૃત્તિને લીધે, આપના જ્ઞાન તથા અનુભવનો લાભ લેવા વડે યા આપના લોકોપયોગી કાર્યમાં બનતી હરકોઇ પ્રકારની અનુકૂળતા કરી આપવા વડે સહાયભૂત થનારને, પરોપકાર અને આરોગ્યતાની પ્રાપ્તિ એમ "એક પંથ અને દો કાજ" છે.

ચુનીલાલ મૂળજીભાઇ ત્રિપાઠી,

હેડ માસ્તર.

૧૦—અમો નીચે સહીઓ કરનારા રહેવાસી ધોળકા જીલ્લે અમદાવાદનાં મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી એ કસબે ધોળકાના રામજી મંદિરમાં દવાખાનું કહાડેલું છે, તેમાં ગરીબ દરદીઓને મફત દવા આપે છે. તેની સાથે નિરાશ્રિતને અન્નદાન આપે છે. આવા પરોપકારના કાર્યમાં પોતે તન, મન, અને ધનથી આગેવાની ધરાવી ભાગ લેછે તેને માટે અમો ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

તા. ૨૭ જાન્યુઆરી સને ૧૯૧૨

(સહી)

શા. ચુનીલાલ તારાચંદ.

મણિલાલ મગનલાલ પ્લીડર.
  અને પ્રેસીડન્ટ ધોળકા મ્યુનિ.)

શેઠ ગિરધરલાલ ભવાનીદાસ.
  (ઓનમેજિ.)

સી. એ. પાઠક. (સબ એસિસ્ટંટ
  સરજન ધોળકા.)

ગોવિંદરાવ આપાજી પાટીલ બી.
  એ. એલ. બી.

ખાનશ્રી મુખત્યારખાન મોટુમીયાં,
  કારભારી તાલુકદાર સરદાર

પ્યાર મહમદ ખાનજી લતીફખાનજી

(સહી)

તાલુકદાર જોરાવરખાનજી લતીફ-
  ખાનજી

છગનલાલ બી. મોદી. એસ. આર.

ચુનીલાલ ગોવિંદજી પ્લીડર ધોળકા

મૂળશંકર નાનાભાઇ ધોળકા.

મ્યુનિ. લો. બો. કાઉંસેલર.

દેવરામ કાશીરામવાળા મ્યુનિ.
  કાઉંસેલર,

મુખી કલ્યાણભાઇ વેલાભાઇ.

બા. મોતીલાલ સાકલચંદ.

પ. કુબેર નારણદાસ.

પ. ધનજી અવચલદાસ.

પ. રામજી વિઠલદાસ.

૧૧—હું શા. મોજીલાલ હરજીવનદાસ રહેવાસી દાહોદના તે ધોળકા સબજજ સાહેબની કોર્ટના શીરસ્તેદાર તરીકે નિવાસ કરતો

હતો × × × મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજીએ દવાખાનું કહાડેલું છે તેમાં નીરાશ્રિત દરદીને મફત દવા સાથે અન્નદાનાદિ આપે છે. આવા પરોપકારી કાર્યમાં પોતાનો અમૂલ્ય વખત રોકી જનહિતાર્થ દવાખાનું કરેલું છે. અને તેમાંની દવાઓ મને રામબાણ જણાઇ છે, વળી તે મહાત્માની મુલાકાતમાં અને ધર્મ સંબંધના વિવાદમાં તેમના તરફથી હું શાંતિ પામેલો. તેઓનો **ગીતા** વગેરે ધર્મ ગ્રંથોનો અભ્યાસ ઘણોજ વિનયપૂર્વક કરેલો પ્રત્યક્ષ જણાવી આપે છે. તા. ૨૪ મી એપ્રીલ ૧૯૧૩

ધોળકા તા. ૭–૨–૧૯.

૧૨. હું પોતે ત્રિદોષના મંદવાડમાં મારી જીંદગીને માટે નીરાશ થયો હતો. મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી ગુરૂશ્રી જાનકીદાસજી મહારાજના ઔષધોપાયથી તથા તેમના આત્મબળના આશીર્વાદ વડે વ્યાધિ મુક્ત થઇ પૂર્ણ આરોગ્યતાને પામ્યો છું. આ અમૂલ્ય લાભ પ્રાપ્ત થયાના બદલામાં મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી મહારાજને મેં પોતે પત્ર પુષ્પ ભેટ તરીકે ત્રણ **વીઘા જમીન** તથા રોકડા **રૂપીઆ એકસો એકાવન** બક્ષીસ અર્પણ કરી આભારી થયો છું. મહારાજશ્રીએ પોતાનું તન, મન અને ધન ખરેખર પરોપકારાર્થે ઉપયોગ કરી સાધુની યોગ્ય ફરજ બજાવી છે, તેને માટે અનેકશઃ ધન્યવાદ છે.

(સહી) પટેલ ધનજીભાઈ અવચળદાસ દા. પોતે.

સર્ટિફિકેટ.

૧૩—અમો નીચે સહી કરનાર રહેવાસી કસ્બે ધોળકાના તથા અમદાવાદ જીલ્લાના ગામોના. મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી ગુરૂશ્રી જાન-

કીદાસજીને તેમના સદગુણોથી બંધાઈ અંતઃકરણના સાચા ધન્યવાદ સાથે આ સર્ટિફિકેટ આપવાની ખાસ જરૂર ધારીએ છીએ.

મહારાજશ્રી સાથેનો અમારો ઘણા સમયનો પરિચય છે અને જે સાધુના પવિત્રતા, ઉદારતા, પરોપકારવૃતિ આદિ સાધુમાં જોઈતા ઉમદા ગુણો અખંડ અને સુદૃઢ વાસ કરી રહેલા જોઈ અમને થતા પરમ સંતોષને જાહેર કરવાની ફરજ સમજીએ છીએ.

મહારાજશ્રી વૈદકના કામમાં કુશળ છે અને તે સાથે નિર્લોભી પણું એ તેમનો ખાસ ગુણ છે. દરદીને હમેશાં સાચી અને મફત સલાહ વડે પોતાના અનુભવ અને જ્ઞાનનો લાભ આપવો એ તેઓ પોતાની ખાસ ફરજ સમજે છે. વિશેષમાં તેમના તરફથી "સર્વોત્તમ હિત ચિંતક" ઔષધાલય ખોલવામાં આવેલું છે, અને તેમાં શાસ્ત્રોક્ત નિર્ભય, પવિત્ર, ઔષધો બને છે. આ દવાઓ ઘણી અકસીર હોવાનું માલમ પડયું છે, અને તે ઘણીજ વાજબી કીંમતે મળે છે, તથા નિરાશ્રિત ગરીબોને મફત અપાય છે. વળી તેનાથી ઉત્પન્ન થતા પૈસા પોતાના ગુરૂ પરંપરાના વહિવટ મુજબ પરોપકારમાં ખરચે છે. આ પ્રકારે રોગી અને નિરાધાર બન્નેનું હિત કરવામાં તત્પર દીસે છે.

એવા નિર્લોભતા, ઉદારતા, પરોપકારપણું, બીજાના દુઃખમાં બની શકે તેટલો ભાગ લેવાપણું અને લોકોને સદુપદેશ વડે સાચી સલાહ નિઃસ્વાર્થપણે આપવાપણું એ આદિ ઉત્તમ ગુણોથી વિભૂષિત મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી અને તેમનું કાર્ય "સર્વોત્તમ શુભ ચિંતક" નામને સર્વથા યોગ્ય હોઈ અમે તેમને અંતઃકરણ પૂર્વક ધન્યવાદ

આપી આ સર્ટિફિકેટ વડે સંતોષ પ્રદર્શિત કરીએ છીએ અને મનુષ્યોને તેમના સહેવાસમાં આવી તેમના અનુભવ અને જ્ઞાનનો લાભ લેવા ભલામણ કરીએ છીએ. તા. ૧૭-૨-૧૬.

સહી

जैन श्वेताम्बर धर्मोपदेष्टा मुनिन्द्र श्रीमद् जिनेन्द्रविजय श्रीजी.

વ્યાસ માણેકલાલ ધનેશ્વર મ્યુ. કાઉ. ધોળકા.

ગાંધી માણેકલાલ પરસોતમ.

બારોટ મોતીલાલ સાકલચંદ.

શા. વાડીલાલ તારાચંદ ધોળકા.

માણેકલાલ નાનાભાઇ.

સા. ગોપાળદાસ અમથાભાઇ.

સા. સાકલચંદ છગનલાલ.

કા. કાળીદાસ નારાણ.

પ. પરસોતમ હરજીભાઇ.

પ. ધનજીભાઇ અવચલદાસ.

પ. છનાભાઇ મૂળજી.

પ. હરીભાઈ હરજીભાઇ

શા. જેઠાલાલ કુબેર.

છોટમલાલ છગનલાલ વકીલ.

સહી

ભાઇચંદ જવેરચંદ ભાઇ સિગનેલર ધોળકા સ્ટેશન.

મૂલશંકર પુરૂષોતમભાઇ. સ્ટેશન માસ્તર ધોળકા.

શાહ. હિમ્મતલાલ અમરતલાલ.

કૃષ્ણાચારી રામાનુજાચારી.

ચંદુલાલભાઇ મજમુદાર ધોળકા.

ચુનીલાલ ગોવિંદલાલ પલીડર.

મહંત રામરતનદાસજી જાનકીદાસજી-ચલોડા.

પ. કાળીદાસ કલાણદાસ.

આંબલીયાડા.

મુખી મોતીભાઈ ખોડાભાઇ.

આંબેઠી.

શા. ત્રિભોવન દ્વારકાંદાસ.

ત્રાંસદ.

પંડયા કરુરામ કાળીદાસ.

સાણંદ.

પ. શંકરલાલ કુબેરદાસ.
પ. પરસોતમ હીરાભાઇ.
પ. પરસોતમ ગબડભાઇ.
મહેતા હીરાલાલ મયાશંકર.
ઉતેળીઆ દરબારશ્રીના એજંટ.
જેઠાલાલ વિઠલ હે. કોન્સ્ટેબલ.
અમદાવાદ.
સોની કેશવલાલ મોતીલાલ.
સો. છગનલાલ માવજીભાઇ.
વાઘેલા લખુભા નારૂભા—કોઠ.
ચુડાસ્મા કાળુભાઇ જેઠીભાઇ.
વીરમગામ.
વૈદ ગણપતરામ છગનલાલ.
શેઠ જીભાઇ કેવળદાસ.
ભટ ગિરિજાશંકર લલુભાઇ.
સોની ધનજીભાઇ ખુસાલદાસ.

પંડયા મુકુંદરાય કાશીરામ.
એનજીનીયર.
મુખી આશારામ ઇચ્છારામ.
વાઘેલા તખુભા મોડભા.
હરીસંગ મેરજી.
ગાંધી સેવાભાઇ મોતીચંદ.
ઝાંવ તાલુકદાર કાળુભા કુબેરજી.
વૈદ પંડિત છગનલાલ દેવશંકર.
પ. પરસોતમ પુંજાભાઈ.
પંડયા પીતાંબર રાજારામ.
જાની જેભાઇ કુબેરદાસ.
વૈદ મોહનલાલ છગનલાલ.
પ. હીરાભાઇ પુંજાભાઇ.
પ. ત્રીકમલાલ વરજલાલ.
વગેરે. વગેરે.

ધોળકા, તા. ૧૦-૧-૧૯૧૬

૧૪—શ્રીમન સર્વોત્તમ શુભચિંતક વનૌષધ શાસ્ત્રી.

મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી, એઓશ્રીની વૈદ્યકીય વિષયોની વિદ્વતાનો મને અનુભવ થયો છે. આર્યશાસ્ત્રના પ્રમાણો સહ તેઓ ઉત્તમ પ્રકારની દવાઓ વનસ્પતિઓમાંથી બનાવે છે. વધારે જાણવા જેવું એ છે, કે બજારૂ ચીજોને બદલે તેઓ જાતેજ હરદ્વાર વગેરેથી

શુદ્ધ વનસ્પતિઓ વાપરે છે. એઓશ્રીની " ઔષધ એક " નામની દવા કે જે ગમે તેવી અફીણની ટેવ બાળકને પડી હોય તે છોડાવી દે છે અને બાળકને ઘણીજ પૌષ્ટિક છે. તે દવા ટુંક મુદતમાં બાળકને ચાલવાની શકિત આપે છે તે હું મારા પુત્રના પ્રત્યક્ષ દાખલા પરથી કહુંછું. આ દવાથી મારો પુત્ર મૃત્યુના પંજામાંથી બચ્યો છે. મને એમની વિદ્વતાને માટે માન છે. એમની ઔષધીઓ ઉત્તમ પ્રકારની છે. અને એમની બનાવેલી માત્રાઓની શુદ્ધતા અને યોગ્યતા અતિ ઉત્તમ છે. તેમની નિર્લોભતા અને પવિત્રતા સ્તુતિપાત્ર છે.

લી. શા. હીંમતલાલ અમૃતલાલ.

૧૫—હું મારા પાંચ સાત વરસના પરિચયથી જણાવુંછું કે, ધોળકા, નિવાસી મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી રામાનુજ સંપ્રદાયના વૈષ્ણવ સાધુ છે અને સાધુના પરોપકારાદિ ઉત્તમ ગુણો તે મહારાજશ્રીમાં પૂર્ણ છે. તેમજ પોતે વૈદક જ્ઞાનમાં નિપુણ હોઈ તેમની અબરખ આદિ ભસ્મો તથા દવાઓ શુદ્ધ રીતે બનાવાય છે, તેમજ પોતે પ્રમાણિક સત્યવક્તા દયાળુ અને નિર્લોભિ છે એવો મને મારી જાતે ખાસ અનુભવ થયો છે. તા. ૧૪–૨–૧૬

બારોટ મોતીલાલ ફતેસંગ, માસ્તર

પ્રાન્ચ સ્કૂલ નં. ૧ વીરમગામ

૧૬—હું અંતઃકરણ પૂર્વક કહુંછું કે, મારી તંદુરસ્તી સુધારવા મે અનેક વૈદો તથા દાકતરોનો ઇલાજ કરાવવામાં દ્રવ્ય અને વખતનો ભોગ આપ્યો છતાં સફળ થયો નહિ, છેવટે મને મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજીની સલાહ પ્રમાણે તેમની અબરખની ભસ્મ ' પુષ્ટિ

કલ્પતરૂ ’ અનુપાન સાથે સેવનથી મારી તંદુરસ્તી ઘણી સારી થઇ છે તેમની ઉદારતા તથા પ્રમાણિકપણા માટે કહુંછું કે તેમણે સાધુ નામની ખરી ફરજ બજાવી છે તેમની દવા તથા સલાહથી માણસો સુખી થાય છે, તંદુરસ્તી સારૂ સૌથી પ્રથમ મહારાજના દયાળુ અંતઃકરણની સલાહ લેવી અતિ અવશ્યની છે. તા૦ ૨૧–૧–૧૬

લી૦ સા. ગોપાળદાસ અમથાભાઇ ધોળકા૦

૧૭—લી૦ સા. સાંકલચંદ છગનલાલ પીટીશન રાઇટર.
સબજજ કોર્ટ—ધોળકા તા. ૧૦–૨–૧૬

વૈદરાજ મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજીની ખાખરપ ભસ્મ તથા ગજવેલ ભસ્મની માત્રાઓ અમે જાતે વાપરી તેમજ અમારા સગાઓએ વાપરી છે તે ઘણીજ ઉત્તમ તથા અકસીર છે અને કોઇ પણ પરેજી પાળી નહિ છતાં અત્યંત ફાયદો થયો છે. તેમજ મારી દીકરીની દીકરી દીર્ઘ કાળથી માંદી રહ્યા કરતી હતી તે માટે મહારાજશ્રીએ આપેલું મનોાર્થ વિજય નામનો–તાવીદ તે મેં ગળામાં બાંધ્યું ત્યારથી એકદમ તબીયત સારી થઇ છે અને તેને હવે નડતર વગેરે રોગ અથવા ભય બિલકુલ લાગતા નથી. અને તેના ઘણાજ ચમત્કારી ગુણો છે એ નિઃસંદેહ છે.

ધોળકા. તા. ૧૭–૪–૧૬

૧૮—‘ ઔાષધ એક ’ એ નામની દવા મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી મહારાજની મેં જાતે વાપરી છે તેમજ મારા બાઈ રામજીબાઈ માટે તેનો ઉપયોગ કર્યો, તેના ઉપયોગે ટુંક સમયમાં અમારાં બરોળ તાવ અને અશક્તિ વગેરે હઠીલાં દરદો મટી જઈ અમે તંદુ-

રસ્ત બન્યા છીએ, આ દવાના ઉત્તમ ગુણો વિષે જેટલું કહીએ તેટલું થોડુંજ છે. વળી આ દવા દરેક રોગપર ફાયદો કરે છે અને તુરત ગુણ કરવામાં તે **પ્રથમ નંબરે** છે તેમજ તે નિર્ભય, પવિત્ર અને દોષ રહિત છે. આ દવાથી સેંકડો બચ્ચાં અપીણુથી મુકત થયાં છે. હું મારા આઠ વરસના જાત અનુભવથી ખાત્રી પૂર્વક કહું છું કે ગમે તે દરદ મટાડવા '**ઔષધ એક**' ઘણીજ ચમત્કારી ગુણ કરનાર ઉત્તમ દવા છે. તેમજ આરોગ્ય માટે મહારાજની સલાહ લેવાનો સમય એ પણ સદભાગ્યથીજ મળે છે. મહારાજશ્રી એ ખરેખર દયાળુ હૃદયના પવિત્ર સાધુ છે.

લી. સેવક ઇશ્વરભાઇ રણછોડદાસ દા. પોતે.

ધોળકા, ૨૪–૯–૧૫

૧૯—**સા. માણેકલાલ** પરસોતમદાસ અમારા લાંબા સમયના સહેવાસથી ખાત્રી પૂર્વક કહીએ છી કે, મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજીની અભરખ વગેરે ભસ્મો તથા દવાઓ શાસ્ત્રરીતે બનાવવામાં આવે છે આ ભસ્મો તથા દવાઓ અમે જાતે વાપરી છે તેમ કુટંબમાં તેનો ઉપયોગ કર્યો છે. અમને એ ઔષધોના ઉત્તમ ગુણો વિષે પૂર્ણ શ્રદ્ધા છે, અને એમની અભ્રક ભસ્મ એ અમૂલ્ય ગુણકારી નિર્ભય દવા છે. વળી તંદુરસ્તી માટે સલાહ પૂછનારને મહારાજ પોતે ઉમદા સલાહ આપે છે તેથી મનુષ્યો રોગ મુક્ત થાય છે. દરદોથી દુઃખી થતા માણસોને એવા પરોપકારીઓની સલાહ લેવી એ અતિ અવશ્યની છે.

૨૦—**ધોળકા** નિવાસી **મહારાજશ્રી** મહાવીરદાસજીએ અતિ ઉત્તમ વૈદક જ્ઞાન ધરાવતા સરળ સંભાવી દયાળુ ઉદાર અને પરોપકારી પવિત્ર સાધુ છે; એમની દવાઓ ખાસ શાસ્ત્ર રીતે બનાવવામાં આવે છે; મહાશક્તિરાજ ગોળીઓ અને કૃષ્ણાભ્રકની ભસ્મ **અમે જાતે**

ઉપયેાગ કરી છે અને તે કાંઈ પરેજી સિવાય ધારેલું ગુણ કરી ખરેખર સંતોષ આપે છે. અને તે માટે અંતઃકરણ વડે સત્ય કહીશું કે, આ દવા જેવી પુષ્ટિ તથા પુરૂષત્વ આદિ અનેક ઉમદા ગુણો આપનાર નિર્ભય દવા બીજી ભાગ્યેજ હેાઇ શકે. એવી અમને પૂર્ણ ખાતરી સાથે આ દેશી ઔષધ ઉપર અત્યંત શ્રદ્ધા થઈ છે. મહારાજની દવા અને સલાહ એ દરેકને લેવા યેાગ્ય છે.

લી. બા. મેાતીલાલ સાકલચંદ મુખત્યાર વકીલ. ધેાળકા.

તા. ૨૦–૮–૧૭

અમદાવાદથી રા. રા. શેઠ શ્રી ચંદુલાલ માણેકલાલ ભાઇ—નવલરામ મૂળચંદવાળા, પત્રદ્વારા જણાવે છે કે, “ પરમ હિતકારી હીતસ્વી પુજ્યશ્રી કૃપાળુ મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી, મુકામ ધેાળકા. વિ, વિ. સાથે અરજ કરવાની કે આપે મારા માટે ખંત રાખી છે વળી રાખેાછેા × + × જે ગેાળીઓ (મહાશકિતરાજ ગુટિકા) આપે આપેલી તેનાથી મને ફાયદેા છે. ગેાળીઓ ખાવાથી સુધારેા અને પેસાબમાં ફેરફાર પડે છે. માટે કૃપા કરી તેની તેજ ગેાળીઓ મેાકલશેા, લી. આપનેા નમ્ર સેવક ચંદુલાલ માણેકલાલના દંડવત્ પવિત્ર સેવામાં અંગીકાર કરશેાજી. ”

“ **જુનાગઢ**—તા. ૬–૬—૧૬ શ્રી સદ્‌ગુરૂ પરેાપકારી મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી મુ૦ ધેાળકા. લી મીસ્રી હરિલાલ માવજીના દંડવત પ્રણામ સ્વીકારી આભારી કરશેા. વિ. વિ. સાથે લખવાનું કે, આપના તરફથી મને મળેલી “કૃષ્ણાભ્રક ભસ્મ” તેના સેવનથી મને ઘણી સારી શારીરિક આરેાગ્યતા થઈ છે. અને તે બદલ આપનેા સહપ્રેમ અંતઃકરણથી ઉપકાર માનુંછુ. ”

શીંમડી—" સ્વસ્તાનશ્રી ધોળકા શુભેાપમાં યેાગ્ય વિરાજમાન મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી મહારાજશ્રીની ચરણુજીની ઘણી હજો, શ્રી શીંમડીથી લી. વિસરામદાસજીના જેશ્રી ગેાપાલ વાંચશેા, વિશેષ આપના તરફથી શારીરિક આરેાગ્યનું પુસ્તક અમેાને પહેાચ્યું છે ને તે માટે આભારી થયા છીએ. આપ વૈદકના કામમાં પારમાર્થીક પુરૂષાર્થ ઘણુંજ કરેા છેા, આ ખાતે મને પણુ કાંઇ કામ આપવાનું હેાય તેા ખુશીથી આપશેા હું આપનેાછું."

" ગામ ઠઠા—સિંધ તા. ૨૯—૧—૧૯૧૫

મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી લખનાર આપનેા દાસ નારણુદાસ જીવન મલજીના પ્રેમપૂર્વક પાયલાગન વાંચશેા, આપના લખવા મુજબ દવાઓનું સેવન કરવાથી મારાશરીરની વ્યાધી સરવે નાબુદ થઇછે."



॥ ॐ तत्सत् ॐ. ॥

નિવેદન.

आयुः कामयमानेन धर्मार्थ सुखसाधनम् ।
आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरम् ॥

वाग्भट्ट.

અર્થાત્—ધર્મ, અર્થ, અને સુખના સાધન રૂપ આયુષ્યની ઇચ્છા કરનારે આયુર્વેદ એટલે વૈદકશાસ્ત્રના ઉપદેશો ઉપર અત્યંત આદર આપવો.

જો દેહને સુદૃઢ બનાવી ધીરવીર થવા ચહો !
જો રોગ મુક્ત થઈ અહીં સુખ સ્વર્ગનું સેવા ચહો,
ધર્માર્થ કામ ને મોક્ષને મનથી ખરા ચ્હાતા હો, જો !
સાધન પરમ " આરોગ્ય રક્ષા " એક ચિત્તે વાંચજો.

ઓ વ્હાલા વાચક ! આ એક નાનકડી ચોપડીને નજીવી ગણીશમાં. તે વિનામૂલ્યે, વિના શ્રમે તારી કોઈને કોઈ પ્રકારની સેવા કરવા અણધારી હાથમાં આવી પડે છે તો તેનો આદર કરી એકવાર ઠેઠ સુધી વાંચી વિચારી જોવાનું ભૂલીશ માં. તું સ્ત્રી હો કે પુરૂષ હો, જુવાન હો કે વૃદ્ધ હો, પરણેલો કે કુંવારો, ભોગી કે રોગી, સંસારી કે યોગી, સદાચરણી કે દુરાચરણી, ગમે તે હોઇસ તોપણ

તેના વાચનથી તને કંઈને કંઇ લાભ થશે એ ચોક્કસ માનજે. એમાંની હકીકતો દેશી-ઈંગ્રેજી વૈદકશાસ્ત્ર, આર્ય ધર્મશાસ્ત્ર અને અનુભવથી ઉભરાઈ જતી દેશદાઝની ઉંડી લાગણીથી લખેલી છે. આમ છતાં તેનાથી શા લાભ થવા સંભવ છે એ તારે જાણવું હોય તો જો:-

એનું વાચન દેશનાં હજારો સ્ત્રી પુરૂષો કે જેઓ કુદરતના નિયમોના ભંગ વડે, મિથ્યા આહારવિહાર વડે અને અનેક દુર્વ્યસનો વડે અનેક રોગોનાં ભોગ બની બેહાલ દશામાં આવી પડયાં છે **તેને ખરા માર્ગનું સૂચન કરી તંદુરસ્ત બનાવે છે.**

આરોગ્યની **શી** કીંમત છે, તન મનની શાંતિ કેવી અજબ ચીજ છે તથા **આડે રસ્તે ચઢવાથી કેવાં દુઃખો ભોગવવાં પડે છે તેનું દુરાચરણીને** અને **નીતિથી** જીવન ગાળવાનું ખરૂં કારણ શું છે તેનું **સદાચરણીને** ભાન કરાવે છે!

પ્રિય વાચક! હવે તારા સમજવામાં આવ્યું હશે કે માણસો આ સઘળી હકીકતો જાણે, તેમની દુર્દશાના મૂળ કારણને પિછાને, તથા તેમાંથી મુક્ત થઈ ખરા કર્તવ્યને જાણવાનું અને સંપૂર્ણ રીતે પાર પાડવાનું બળ પામે એજ આ **લઘુ ગ્રંથનો** ઉદ્દેશ છે. આટલા માટેજ અને તેનો બહોળો ફેલાવો થઈ શકે એવા હેતુથીજ તેને આ પ્રકારે **દ્રવ્યનો ભોગ** આપી **વિના મુલ્યે** વહેંચવાની જરૂર વિચારી છે. તો જાતે **વાંચી** બીજાને **વંચાવી** એ **ઉદ્દેશને** પાર પાડવામાં **સહાયભૂત** થવું એ **પ્રત્યેક સમજુ** અને ડાહ્યા માણસની એક સરખી **આવશ્યક ફરજ છે. તો** આશા છે, કે **એ ઉત્તમ** ફરજને યથાર્થ **અદા** કરાશેજ.

સાધુ-કર્તવ્ય.

સાણંદ સમીપના રમણીય **પલાશ વન** નિવાસી **સાધુ** કુળ ભૂષણ પરોપકારની મૂર્તિ એવા પરમ પૂજ્યશ્રી પરમગુરૂ **મહાત્માશ્રી શ્યામદાસજી** મહારાજશ્રીના નામનું જેઓને **સ્મરણ** છે તેઓને જાણીતું હોવું ઘટે છે કે, તે એક **ખરેખરા સંત** મહાત્મા હતા. તેઓશ્રીના હૃદયના, સમભાવતા, ઉદારતા, પરોપકારવૃત્તિ, દયાલુતા, ગુરૂતા આદિ ઉન્નતભાવો અસામાન્ય હતા. આ ભાવોના પરિણામે કેટલીક વખત જનસ્થિતિ જોઇ **તેઓશ્રીનું** અંતઃકરણ **વિદીર્ણ** થતું અને તેઓનું કયા પ્રકારે **કલ્યાણ** થાય તેના **ચિંતનમાં** અને તેવા પ્રકારનાં પ્રયત્નોમાં તલ્લીન રહેતા, અને પોતાના શિષ્યોને પણ ઉપદેશતા કે, "આ જગતમાં **પરોપકાર** સમાન એકે **પુણ્ય** અથવા **તપ** નથી, કુદરતમાં તમે જોશો તો એજ તત્વ સઘળે વ્યાપી રહેલું જણાશે. નદી કોને માટે વહે છે? ઝાડ કોને માટે ફળે છે? ગાય કોના માટે દુઝે છે! સંત અથવા સત્પુરૂષોનો જન્મ કોના માટે થાય છે? માત્ર **પરોપકાર** માટેજ. અને એ પ્રકારે **પરમાત્માએ** આ **દેહ** પણ જનસેવા માટે સૃજેલો છે.

परोपकारायइदं शरीरम् । परोपकाराय सतां विभूतयः

અર્થાત્—સત્ પુરૂષોનાં શરીર અને ધનાદિ વિભૂતિઓ એ માત્ર પરોપકારને માટેજ છે. **સાધુ** બની કર્મ કરવાનું છોડીદઇ **જડવત્** પડયા રહેવું તેમાં **સાધુતા** નથી, પણ સંસારનાં સુખોને તૃણ તુલ્ય ગણી માત્ર જનકલ્યાણ માટેજ મચ્યા રહેવામાં **ખરી સાધુતા** છે.

વળી તમે કર્મનો ત્યાગ કરવા ઇચ્છશો તો પણ કર્મ તમને છોડશે નહિ. જ્યાંસુધી શરીર છે ત્યાં સુધી તેની ચેષ્ટારૂપ કર્મ થવાનાંજ. શ્રીમદ્ ભગવત્ ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ ઉપદેશે છે કેઃ—

"नहिदेह भृताशक्यं त्यक्तुं कर्माण्यशेषतः।
यस्तुकर्मफलत्यागी सत्यागीत्यभिधीयते ॥

અર્થાત્—દેહધારી સર્વ કર્મનો ત્યાગી થઇ શકતો નથી તેથી કર્મોના ફળનો ત્યાગ કરનારજ ત્યાગી છે. માત્ર આ કર્મો **નિઃસ્વાર્થ** ભાવે કરવામાં આવે, **પરોપકાર** વૃત્તિમાંથી જન્મે અને લોક કલ્યાણમાં પરિણમે એજ કર્તવ્ય કરવાનું છે. અને એમાંજ **સાધુતા છે.**"

कर्मण्येवाधिकारस्ते माफलेषुकदाचन।

"માત્ર કર્મજ કરે જા, ફળની ઇચ્છા રાખીશ નહિ."

અમારૂં નિશાન.

બંધુઓ ! એકજ ઉપદેશ અધિકાર અને જ્ઞાન પ્રમાણે જુદા જુદા રૂપે પરિણામે છે. છતાં યાદ રાખવું ઘટે છે કે, ઉપદેશની અસર કાયમ ઘર કરી રહી હોય તો હેતુમાં કંઇ પણ ફેર પડતો નથી. **પરમ ઉપકારક** પૂજ્ય પાદ ગુરૂજીનો ઉપરનો ઉપદેશ અને તેમાં રહેલા ઉદાર અનુગ્રહ, લોકોપકારક ઉદ્દેશ અને પવિત્ર આજ્ઞાથી પ્રેરાઇ મનુષ્યોના ભલા માટે બનતા સઘળા **પ્રયત્નો** કરવા કમર કસવી એ અમારૂં નિશાન ઠર્યું.

અમારી દિશા.

આ નિશાનને કેવી રીતે સાધવું એ એક વાત વિચારવા જેવી થઇ પડી. પણ સત્ય વિચારોને આચારમાં પ્રત્યક્ષ થતાં ક્યાં વિલંબ

લાગે છે ? જનસમાજમાં ભેળાતાં માણસોનો મોટો ભાગ **નિરૂત્સાહી** નિર્માલ્ય અને અનેક રોગોથી પીડાતો નજરે આવ્યો. પૂર્વનું શૌર્ય, વીર્ય જણાયું નહિ, અને જ્યાં સુધી **શારીરિક** અને **માનસિક રોગોથી** માણસો પીડાતાં હોય ત્યાંસુધી તેઓની **આત્મિક** ઉન્નતિને અવકાશ નથી એમ લાગ્યું. **પ્રજાના આરોગ્ય માટે પ્રયત્ન** કરનાર હતા—છે; છતાં **નિઃસ્વાર્થ** ભાવે કાર્ય કરનાર **ઘણા થોડા** એમ લાગતાં **અમારૂં** લક્ષ અમે એ દિશામાં દોર્યું.

અમારો પ્રયત્ન, અનુભવ અને લોક લાગણી.

આ પછી તરતજ વૈદ્યક જ્ઞાનનો અભ્યાસ શરૂ કર્યો. જંગલોમાં ફરી વિદ્વાન સંત મહાત્માઓના અનુગ્રહ વડે વનસ્પતિ આદિનાં જ્ઞાન અને ગુણ દોષ જાણવા માંડયાં. આવા એકસરખા સતત પરિશ્રમના અંતે જ્ઞાન અને અનુભવનો લાભ મનુષ્યોને **પરોપકાર** ભાવે આપવો શરૂ કર્યો. તેના પરિણામે મનુષ્યો તરફથી સંતોષના ઉદ્‌ગારો ઉભરાવા લાગ્યા જેમાંનાં **કેટલાક** વાચકની જાણ માટે આ સાથે પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યા છે.

વળી એક વિશેષ અનુભવ એ પણ થયો કે, જો વધા **નિ-લોભી**, સરલ, સમભાવી અને દયાપૂર્ણ બને; પોતાના કર્તવ્યને પિછાને તો **દેશી વૈદ્ય** તરફ મનુષ્યોનો પ્રેમ વધે. તેમજ માણસો આહારવિહારમાં નિયમિત બને દુર્વ્યસન અને કેફી પીણાનો ત્યાગ કરે અને **દેહરૂપી રત્ન** કેવા ઝવેરીને સોંપવું યોગ્ય છે, તેનો વિચાર કરે, તો તેઓ કદિ પણ મહાન રોગોના ભોગ થઇ પડે નહિ.

"**શારીરિક અને વૈદક શાસ્ત્ર**" ના **પ્રખ્યાત ગ્રંથમાં** લખ્યું છે કે, " જો બધી રીતે વિચાર કરીશું તો સહેજ માલુમ પડશે કે

વૈદ્ય અથવા દાક્તર થવું એ સહેલું નથી. આ ધંધો દેહ અને મૃત્યુની સાથે સંબંધ ધરાવે છે. ઇશ્વરે બક્ષેલા અમુલ્ય જીવ અને દેહનો સંબંધ કાયમ અને નિર્મળ રાખવો એ તેનો હેતુ છે. આવા મહત્વના અને જોખમદાર ધંધામાં પ્રવિણ થવા માટે સુશિક્ષણ તથા અનુભવની બહુજ જરૂર છે. " માત્ર હળદરનો ગાંઠીઓ અને મીઠાનો ગાંગડો " જાણનાર ઉંટવૈદ્ય અથવા નીમ હકીમો વૈદ્યના ઉત્તમોત્તમ ધંધાને એબ લગાડે છે.

"અલૌકિક શક્તિથી બનેલા અને જોડાયલા દેહ અને જીવનો વ્યાપાર કરવામાં કેટલું બધું જોખમ છે તેનો એવા લેભાગુ વૈદ્યોએ વિચાર કરવો અને દેહરૂપી ઝવેરાત પારખવાનું કામ કેવા ઝવેરીના હાથમાં સોંપવું તેનો ખ્યાલ તેના માલીકે કરવો, એ ઘણુંજ અવશ્યનું છે." આ સઘળી હકીકત ધ્યાનમાં રાખી મારો આ અનુભવ વૈદ્ય તેમજ રોગી, નિરોગી સૌના જાણવામાં આવે અને તેઓ પોતાનાં કર્તવ્યને ધ્યાનમાં લે એવા હેતુથી ટુંકામાં અને મુદ્દાસર વિચારોને સંકલિત કરી વિદ્વાન ડાકતરોના અભિપ્રાય સાથે "શારીરિક આરોગ્ય"ને નામે પ્રસિદ્ધ કર્યાં. તેમાં વધારા તરીકે સાધારણ રોગોનાં કારણ, લક્ષણ સાથે સહેલા સસ્તા ઉપાયો અને ઝેરી જંતુઓના વિષનાશક તાત્કાળિક પ્રયોગો અનુભવ સિદ્ધ અને તરત બની શકે તેવા જનહિતની દૃષ્ટિએ દાખલ કર્યા. એવા હેતુથી કે, તેના જ્ઞાનથી લોકો અનેક રોગોથી બચે તેમજ તેઓને સાધારણ બાબતમાં પણ વૈદ્ય ડાકતરોનો આશ્રય લેવો પડે નહિ અને કાળ તથા પૈસાનો બચાવ કરી શકે. જણાવવાને ખુશી ઉપજે છે કે, જનસમાજમાં તે પુસ્તકને સારો આદર મળ્યો અને મળે જાય છે.

" સર્વાત્મહિતચિંતક ઔષધાલય "

આ સિવાય કંઇક વિશેષ ઉપયોગી થઇ શકાય તેમજ લોકો થોડા ખર્ચે સાચી સલાહ મેળવી શકે એવા હેતુથી એક ઔષધાલય ખોલવા તરફ ચિત્ત આકર્ષાયું અને તેના પરિણામે અમારા તરફથી જનકલ્યાણની દૃષ્ટિએ આ " ઔષધાલય " સ્થાપવામાં આવ્યું છે: આ ઔષધાલય ખોલવામાં નિસ્વાર્થતા છે, કેવળ જનસેવાની: લાગણી એજ એની પ્રેરક છે અને તેના નામ પ્રમાણેજ તેમાં ગુણ છે, એમ સુજ્ઞજનોને પ્રસંગમાં આવતાં જાત અનુભવથી સ્પષ્ટ થયા વિના રહેશે નહિ.

તંદુરસ્તી સાથે પરોપકાર.

ઓ પ્યારા બંધુઓ! જનસેવા એ જેનું વ્રત છે, તેના વચનોને વિશેષ પ્રમાણુ કે, ખાત્રીની જરૂર નથી છતાં; અફસોસની વાત છે કે, 'વચન જેનું સર્વસ્વ' મનાતું એવા આ ભારત વર્ષમાં વચનને ગળી પીનારાં અનેક માણસો પેદા થતાં એ શ્રદ્ધાના યુગનો લોપ થયો છે, અને તેથી ખાસ ભાર મૂકીને કહેવાની જરૂર પડે છે કે, આ ઔષધાલય એ કંઇ શબ્દોની જાળ ગુંથી પૈસા કમાવાની ભ્રામક રચના રચી નથી. કારણ કે, આ ભારતભૂમિની ધાર્મિક સ્થિતિ અદ્યાપિ એટલી અધોગતિએ પહોંચી નથી. ત્યારે મિત્રો! આ પ્રવૃત્તિમાં કયો હેતુ હોઇ શકે વારૂ? કેવળ જનસેવા એજ એનો ઉદ્દેશ છે. આ પૈસા દીન, દુઃખી, અને નિરાધારને મદદ કરવામાં અથવા પવિત્ર સંત મહાત્મા તથા ગૈાઓની મહાન્ સેવામાં વપરાનાર છે, અને તેથી તેમાં " એક પંથ અને દો કાજ " છે. આથી પણ વિશેષ ખાત્રીની જરૂર હોય તો, પ્રમાણિક પુરૂષો અને વિદ્વાનો તરફથી અમને મળેલાં સર્ટીફિકેટોમાંનાં કેટલાંક અહીં

પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યાં છે. તે તરફ ધ્યાન ખેંચવામાં આવે છે, અને તે પછી ચોક્કસ લાગવુંજ જોઇએ કે, આમાં તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત થવા સંભવ છે. એટલુંજ નહિ પરંતુ પૈસાનો પણ સદ્વ્યય કરાતો હોઇ પરોપકાર પણ સમાયેલો છે. આથી અમારી ખાસ ભલામણ છે કે, એક વાર અમારા "સર્વાત્મહિતચિંતક ઔષધાલય"ના ઔષધોનો તેમજ અમારા જ્ઞાન તથા અનુભવનો લાભ લેવા ચુકવું ન જોઇએ.

આરોગ્યરક્ષા માળા.

૧ **સૂર્યોદય** પહેલાં હમેશાં ઉઠી શ્રીગુરૂ ઇશ્વરનું સ્મરણ કરો. શક્તિ અનુસાર કસરત કરો અથવા ખુલ્લી હવામાં ફરવા જાઓ.

૨ **શરીરે** તેલ ચોળી સ્નાન કરી પરમાત્માને પ્રાર્થો કે, હે દયાળુ પિતા ! તું અમારામાં એવી સન્મતિ પ્રેર કે, જે વડે અમે સર્વાત્મા પ્રત્યે સમદર્શી બની જન સેવાનું વ્રત લઇ આ સંસાર યાત્રા સફળ કરીએ.

૩ **હમેશાં** તાજો, સાદો અને પ્રકૃતિને અનુકુળ એવો ખોરાક ખૂબ ચાવીને નિયમિત વખતે ખાવો.

૪ **વાસી** અન્ન નિશાવાળી ચીજો અને અભક્ષ્ય એવા માંસાદિ પદાર્થો હમેશાં નુકસાન કરનારા છે.

૫ **કામ**, ક્રોધ, લોભ, મોહ, ઝેર, વેર, અદયા, અનીતિ, હિંસા, અસત્ય, અને વ્યભિચારાદિથી હમેશાં બચવાની કાળજી રાખવી. તે **પાપ** છે એટલુંજ નહિ પણ તંદુરસ્તીનાં કટ્ટાં દુશ્મન છે.

૬ **સંત**, ગૌ, બ્રાહ્મણ, દીન, દુ:ખી, નિરાધાર, અને સર્વ પ્રાણી માત્રપર **દયા** રાખવી એજ મહત્પુણ્ય, તપ, અથવા આયુ, આરોગ્ય અને કીર્તિ કલ્યાણનાં મુખ્ય મૂળ છે.

૭ **ધાતુપુષ્ટિ** એ પણ આરોગ્યતાનું પરમ સાધન છે, માટે તેનું **બ્રહ્મચર્યથી** અને સાત્વિક પૌષ્ટિક **ઔષધાદિ** આહાર વિહાર-વડે યોગ્ય રક્ષણ કરતા રહેવું.

૮ **શરીરમાં** વ્યાધિ થાય નહિ તેવા ખાન, પાન, ઔષધ વગેરે-થી સારવાર કરવા છતાં કંઇ પણ દરદ થાય કે અનુભવી વૈદ્ય અથવા દાકતર પાસે તેનો તરતજ ઉપાય કરાવવામાં **બેદરકારી** કે ભૂલ કરવી ન જોઇએ. કારણ કે, નજીવાં દરદ પણ વખત જતાં ભયંકર થઇ પ્રાણઘાતક નિવડે છે.

દોહરો.

૯ દરદ લગારક દેખીને, ચેતે ચતુર સુજાણ,
મૂરખ મન સમજે નહી, પડતાં સુધી પ્રાણ.
સ્વદેહ તેમજ સ્વદેશની, લે નહી જે સંભાળ,
ચોટે તેને ચાંદલે, ગાંડા કેરી ગાળ. ક. દ. ડા.

આ માળાને દિલસાથે જડી હમેશાં મનન કરો અને આરોગ્ય બની મનુષ્ય જન્મ સાર્થક કરો.

૧૦ **સૌથી છેલ્લું વા પહેલું જન્મ, મૃત્યુ રૂપી મહા રોગનું મહૌષધ**–જગદ્‍ ગુરૂ શ્રીમદ્વિવેકાનંદ સ્વામીશ્રીએ ઇંગ્લેંડ વિષે વ્યાખ્યાન આપવાના પ્રથમારંભે ઉચ્ચારેલું વૈજ્ઞાનિક તત્વમય પદ્ય (" **સંન્યાસીનું સ્તોત્ર** ")–તેનો સુખ મેળવવા ઇચ્છનાર સજ્જનોએ હર હમેશ પાઠ કરવો.

" જે દૂરના સ્થાને કદાપિ ન વિશ્વ બાધા વિચરતી,
ધન, કીર્તિ, સુખ–આશા ન જેની શાંતિને સંહારતી;
જ્યાં જ્ઞાન સરિતાનો પ્રવાહ પ્રબળ વેગે પ્રવહતો,
જ્યાં સત્ય ને આનંદનો અવિકૃત પ્રભાવ સદા છતો;

એવા મહા ધનવન અને ગિરિગુહામાં જન્મેલ તું,
હે મંત્ર ! જાગૃત થઇ હૃદયમાં મોદથી અતિ ખેલતું;
ગંભીર સંન્યાસિન્ ! કહે ઉચ્ચ સ્વરે એ મંત્રને,
છે નામ જેનું " ૐ તત્સત્ ૐ " એ સુખ તંત્રને; ૧
સંસારમાં જે નીચતાથી બાંધતા દુઃખે તને,
તે કૃષ્ણ ને નિર્મૂલ્ય ધાતૂનાં બનેલાં ત્યમ અને;
ચળકાટ વાળા સ્વર્ણનાં સંહાર જે જે બંધનો,
સારૂં નઠારૂં પ્રેમને ધિક્કાર એ સહુ દ્વૈતનો;
સંહાર કર સત્વર અને મનમાંહિ માની લે સદા,
છે દાસ અંતે દાસ–તે પરતંત્ર–મુક્ત નહીં કદા;
હોયે ભલેને કનકનું તોએ અવર બંધન ગણો,
તે લેશ દુઃખદ લોહ બંધનથી ન માટે તે હણો;
સાહસી સંન્યાસિન્ ! પ્રબળ એ મંત્રના ઉચ્ચારથી,
જે " ૐ તત્સત્ ૐ " નામે જ્ઞાત મળ અવિકારથી.
હત્ અંધકાર વિદાર મિથ્યા વાંચ્છનાને માર તું,
જે દાખવીને તેજ ધસડે અંધકારે ધાર તું;
જીવન પિપાસા મારિ દે, તે સર્વદા અથડાવતી,
સંભવ મરણના ચક્રમાં, આત્મા ભ્રમે ભટકાવતી;
મનનો વિજેતા તેજ સાચો ભવ વિજેતા માનજે,
આ વિશ્વ બાધાને ન તેથી કોઇ કાળે વશ થજે;
અવિકાર ને આનંદદાયક કર સદા તે ગાન જે,
છે " ૐ તત્સત્ ૐ " નામે મુક્તિમાં બહુ માનજે. ૨
" જે જેવું વાવે લણે તેવું " એ બધે બોલાય છે,
કારણ પ્રમાણે કાર્યનું પરિણામ પણ દેખાય છે;
પરિણામ ઉત્તમ કાર્યનું ઉત્તમજ નિશ્ચિત થાય છે,

ને અવરનું છે અવર એ સંન્યાય નહિ લોપાય છે;
ને રૂપધારી બંધનોમાં બદ્ધ રહે એ નિયમ છે,
પણ રૂપ નામ ઉભય થકી આત્મા પ્રથક નિયમ છે.
આત્મા સદા છે મુક્ત ને તું તેજ આત્મ સ્વરૂપ છે,
એ જાણી વદતું "ૐ તત્સત ૐ" કે તદ્રુપ છે. ૪
માતા પિતા ભાર્યા અને સંતાન મિત્ર વિભેદથી,
જે વ્યર્થ સ્વપ્નો દેખતા તે જાણતા સતને નથી;
છે જાતિભેદ વિહીન આત્મા પિતા કોનો કોણ છે ?
વળિ પુત્ર કોનો મિત્ર કોનો શત્રુ કોનો કોણ છે !
જ્યાં એકતાનો ભાવ છે ત્યાં સર્વમાં આત્મા વસે,
અસ્તિત્વ ધારી કોઇ પણ આત્માથી ભિન્ન નહીં દિશે;
તે આત્મા તે તુંજ છે ગંભીર સંન્યાસિન્ ! મહા,
વદ ભાવ પૂર્વક "ૐ તત્સત્ ૐ" જે છે બંધ હા. ૫
છે એક તે સર્વત્ર જે છે મુક્ત–જ્ઞાતા–આત્મા,
તે રુપ નામ વિહીનને અકલંક સમ પરમાત્મા;
એમાંજ માયા છે વસી જે સર્વ સ્વપ્નો દેખતી,
છે એજ સાક્ષી એજ વળિ નિઃસંગ જેની વિભાઅતી;
તું જાણ કે તું તેજ છે ને ગગન ભેદક ગીતથી,
ઉચ્ચાર જે તે "ૐ તત્સત્ ૐ" શબ્દો પ્રીતથી. ૬
જે વસ્તુના તું શોધમાં છે મુક્તિ તેનું નામ છે,
તે આપવાનું મિત્ર કે સંબંધીનું નહિ કામ છે.
આ લોકે કે પરલોકમાં ત્યમ પુસ્તકે કે મંદિરે;
મળતી નથી એ મુક્તિ મિથ્યા શોધમાં તેના ફરે;
ઉન્નતિ–સુમાર્ગે ખેંચનારી દોરી છે તવ હસ્તમાં,

બંધન તજી દોરાઈ જાજે મુક્તિ માર્ગ પ્રશસ્તમાં.
ઉન્માદથી તું બોલજે ઉન્મત્ત સંન્યાસિન્! સદા,
તે "ૐ તત્સત્ ૐ" તો પામે કદા નહિ આપદા. ૭
ધર ભાવના એવી હૃદયમાં "સર્વે શાંતી પામજો,
કો પ્રાણિને મારા થકી લવ માત્ર દુઃખ નહીં થજો;
ઉન્નત તથા અવનત સકળનો હુંજ આત્મા એક છું,
આ લોક કે પરલોક–જીવનથી સદા વ્યતિરેક છું;
આ ભૂમિ સ્વર્ગ તથા નરક, આશા અને ભય સકળનો;
મેં ત્યાગ કરીને મોદથી છે મંત્ર લીધો અકળનો,
એ ભાવથી બંધન બધાં કાપી, સદા ઉચ્ચાર જે;
તે "ૐ તત્સત્ ૐ" મંત્રજ મુક્તિનો અધિકાર જે. ૮
આ દેહ જીવે કેમ ચાલે, એ ન લેતો ધ્યાનમાં,
દે વિચરવા તેને સદા કર્માનુસાર પ્રયાસમાં;
અર્પે ભલે કો પુષ્પમાળા, દેહને કોઇ દમે,
ઉચ્ચારવાં નહિ શબ્દ એકે રાખવી નહિ હમ ગમે;
જ્યાં સ્તુત અને સ્તુતિકાર તેમજ નિંદ્ય નિંદક એક છે;
ત્યાં સ્તુતિ અને નિંદાનું અસ્તિત્વજ કદાપિ શક્ય છે;
એ ધારણાથી શાંત થા ને બોલ સંન્યાસિન્! ખરે;
તે "ૐ તત્સત્ ૐ" જે તવ તાપ સઘળા પરિહરે. ૯
ધનનો મનાતો લોભ ને વૈભવ પિપાસા જ્યાં વસે,
ત્યાં સત્યનો સંચાર થાતો કોઇ કાળે નહિ દિસે;
સ્ત્રી માંહિ જે જન લુબ્ધ છે, તે પૂર્ણતા નથી પામતો,
મમતા જરા પણ ધારિ જેણે, તે કદાચ ન વિરામતો;

ત્યમ કોપ ફેરી શૃંખલાથી બદ્ધ જે નર હોય છે,
તે પ્રબળ માયાદ્વારમાંથી નીકળે નહિ કોય છે;
એથી ત્યજી એ બંધનો, વદ ભાવિ સંન્યાસિન્! ભવે,
તે "ૐ તત્સત્ ૐ" નો જે મંત્ર સૌખ્યદ તે હવે. ૧૦

હે મિત્ર કોઈ સ્થાનને તું ગૃહ કદાપિ ન માનતો,
આશ્રય તને મળશે ન ક્યાંએ સુખદ કે મનમાનતો;
આકાશ તવ ગૃહ છત્ર છે તૃણ ભાર તે શય્યા ખરી,
ને ભાગ્ય આપે વર અવર તે ખાન માટે ભાખરી;
જે સત્ય આત્મા જ્ઞાનથી નિજ રૂપને જાણી ગયો,
તે ખાનપાન વિભેદથી છે સર્વથા મુક્તજ ર'યો;
પ્રવહંતિ સરિતા રૂપથા, નિગ્રહી સંન્યાસિન્! તથા,
તે "ૐ તત્સત્ ૐ" નો ઉચ્ચાર, કર નાશે વ્યથા. ૧૧

સુણ સત્યના જ્ઞાતા તને થોડાજ મળશે માનવી,
ધિક્કારશે તેઓ તને જે છે મનુષ્યો દાનવી;
પણ કોપ તે માટે ન મનમાં કોઇ કાળે લાવવો,
જઇ ભિન્ન ભિન્ન સ્થળ મહીં વિજ્ઞાનદીપ જગાવવો;
સુખ કામનાને દુઃખની બીતી વિના સંસારમાં,
માયા પટલ-અજ્ઞાન તમમાંથી મનુજ-ઉદ્ધારમાં.
યત્નો કરી સુખદુઃખથી તું રહિત સંન્યાસિન્! બની;
ધર "ૐ તત્સત્ ૐ" ચિત્તે ભાવના એ મંત્રની. ૧૨

યાવત્ વિનષ્ટા કર્મ સત્તા થાય પૂરી મૂળથી,
ને મુક્ત આત્મા સર્વથા, ત્યજ મંત્ર એ નહિ, ભૂલથી;

અંતે ન રહેશે જન્મ મૃત્યુ, અહંત્વં એ ભિન્નતા;
ને ભાગશે ઈશ્વર મનુજની ભિન્નતાની ખિન્નતા;
જે અહંતે સર્વ થશે, હું સર્વ છું, એ ભાવના,
આ વિશ્વ સઘળું બ્રહ્મમય છે એ થશે પ્રસ્તાવના;
તું જાણ કે તું તેજ છે વિજ્ઞાનિ સંન્યાસિન્! ભલા;
એ " ૐ તત્સત્ ૐ " ની છે સૃષ્ટિમાં જાગૃત કલા. ૧૩

"વિવેકાનંદ વિચારમાળા પ્રથમ પુષ્પ."

સૂચના તથા નિયમો.

૧ આ "સર્વાત્મહિતચિંતક" ઔષધાલયમાં સર્વ દરદોના શાસ્ત્ર-સિદ્ધ તથા સંત મહાત્માઓના પ્રસાદ રૂપ પ્રાપ્ત થયેલાં અનુભવ સિદ્ધ પવિત્ર અને સર્વ પ્રકારે નિર્ભય ઔષધોજ બનાવવામાં આવે છે.

૨ સઘળાં ઔષધોની કીંમત આ પુસ્તકમાં લખ્યા મુજબજ લેવામાં આવે છે.

૩ બહાર ગામથી મગાવનારને લખેલી કીંમત ઉપરાંત પોષ્ટેજ પારસલ અને વી. પી. ચાર્જ વધારે આપવું પડશે.

૪ મારગમાં પારસલ તુટે ફુટે તેના જવાબદાર અમે નથી.

૫ દરેક દવા મંગાવનારે અથવા સલાહ પુછનારે પોતાનું નામ, ઠામ, ગામ તથા પોષ્ટ ઓફીસનું ગામ, દરેક વખતે અને ગુજરાતી અથવા બાળબોધીમાંજ ચોકખા અક્ષરે-સાફ લખવા ચૂકવું નહિ.

૬. ગમે તે દરદ માટેની હકીકત લખી મોકલવા સાથે જવાબ માટે અડધા આનાની ટિકીટ મોકલનારને યોગ્ય સમાધાન સાથે પૂરતો ખુલાસો અને સાચી સલાહ આપવામાં આવે છે.

૭. તમામ પત્રવ્યવહાર ખાનગી રાખવામાં આવે છે તેઃ પોતાની સઘળી અને ખરી હકીકત લખી મોકલવામાં સંકોચ રાખવો નહિ એવી બાબતમાં રખાતો સંકોચ હાનિકારક છે. તેમજ દરદીની હકીકત કલમવાર ચોખા અક્ષરે લખવી.

૮. જાહેર ખબરો ઉપરથી દવા મંગાવવા કરતાં રૂબરૂ કે કાગળથી દરદ તથા પ્રકૃતિ જણાવી સલાહથી દવા લેવા અમારી ખાસ સૂચના છે.

૯. નિરાધાર ગરીબ દરદીને રૂબરૂમાં મળવાથી મફત દવા આપવામાં આવે છે.

પોસ્ટના નિયમો.

૧૦. રવિવાર, નાતાલના દિવસ, નવા વરસનો પહેલો દિવસ અને નામદાર શાહેનશાહ પંચમ જ્યોર્જ મહારાજનો જન્મ દિવસમાં ટપાલ બંધ રહે છે.

પારસલો ઉપરનો ચાર્જ ચાળીસ તોલા સુધી બે આના અને ત્યાર પછી દરેક ચાલીસ તોલે બબે આના વધારે બેસે છે.

સૂચના—હિંદુસ્તાન બહાર વી. પી. જતાં નથી માટે દવા મગાવનારે અગાઉથી પૈસા મોકલવા. વધઘટતો હિસાબ મજરે આપવામાં આવશે.

મુખ્ય પ્રશ્નાવળી.

આજારી માણસે પોતાના દરદની હકીક્ત લખતી વખતે આ પ્રશ્નાવળી પાસે રાખવી અને પોતાના દરદને લાગુ પડે તેટલીજ બાબતોના ખુલાસા લખવા:—

બધા દરદીઓને લાગુ પડતા પ્રશ્નો,

નામ, ઠામ, જાત, ઉંમર સ્થિતિ અને ધંધો ?
શરીર જાડું છે કે પાતળું ? વજન ?
પરણેલા છો કે કુંવારા ?
દસ્ત સાફ આવે છે કે કેમ ?
દિવસે સુવાની ટેવ છે ?
કોઇ પણ જાતનું તમને વ્યસન છે?
પહેલાં કોઇ દરદ થયું હતું ? હોય તો શું ?
પ્રકૃતિ ગરમ છે કે શાન્ત ?
વીર્યનો દુરૂપયોગ થયો હતો ?
શરીરના કયા ભાગોમાં દરદ થાય છે?
પહેલીજ વાર થયું છે કે ઉથલો ખાધો છે ?
દરદ થયાં ને કેટલી મુદત થઇ ?
દરદનાં કારણ જાણવામાં છે ? હોય તો શું ?
પેશાબ કેવા રંગનો અને કેટલીવાર થાય છે ?
પ્રમેહનું દરદ કોઇવાર થયું હતું ? કે, હાલ છે ?
ચાંદી થઇ હતી ?
સંધીવા થયેલો છે કે કેમ ?
ભય, શોક કે દિલગીરીનું કંઇ કારણ છે ?

સ્ત્રીઓ માટે ખાસ.

દરતાન નિયમિત થાય છે ?
દરતાન વધારે કે ઓછું થાય છે કે બંધ છે ?
છોકરાં થયાં છે કે નહિ ?
દરતાન વખતે દરદ થાય છે ?
પ્રદરનું દરદ છે ?
શરીર મધ્યમ, ફુલેલું કે દુબળું છે?
ઝોળો કે હીસ્ટીરીયા થાય છે ?
કોઈ વખત ગર્ભશ્રાવ થયો હતો ?

ઇત્યાદિ.

ॐ तत्सत् ॐ. श्री गुरुरामानुजाचार्यनमः

આરોગ્ય રક્ષા.

અથવા

" सन्मित्र-साधु. "

શ્રીગુરૂ પરમ દયાળુ પરમાત્માની અપાર કરૂણાથી મળેલા આ માનવ દેહ વડે જીવનયાત્રા સફળ કરી આત્મોદ્ધાર કરવાનો ખરો આધાર શરીરની આરોગ્યતા ઉપર છે. શરીર સુદૃઢ, બળવાન અને રોગ રહિત હોય તોજ માણસ પોતાનું જીવન સાર્થક કરી શકે છે. **शरीर माद्यंखलु धर्मसाधनम्** એ પ્રવચનાનુસાર આ સંસારમાં મનુષ્ય જીવન સાર્થક કરવાનું સૌથી પ્રથમ અને ઉત્તમ સાધન ' આરોગ્યતા ' જેવું બીજું એકે નથી. આરોગ્યતા સિવાયનું જીવવું દુઃખ અને ભારરૂપ થઇ પડે છે. આપણને આરોગ્યની કીંમત ત્યારેજ સમજાય છે, કે જયારે આપણે રોગથી ઘેરાઇએ છીએ. રોગથી ઘેરાતાં આપણને લાગે છે, કે એક નીરોગી કંગાલ, રોગી રાજા કરતાં હજાર દરજ્જે વધારે સુખી છે. **नारोग्यादधिका संपत् हृदानंदात्तथा-परम् ।** અર્થાત્—આરોગ્યથી અધિક સંપત્તિ નથી અને હૃદયના આનંદથી પરે બીજો આનંદ નથી. માટે સુખ મેળવવા ઇચ્છનાર પ્રત્યેક માણસની ઉત્તમ અને પહેલી ફરજ એ છે, કે તેણે હમેશાં શરીરને આરોગ્ય રાખવાને કોશીશ કરવી.

શરીરને આરોગ્ય રાખવાને આટલી બધી જરૂર છે; છતાં આપ-

સેાસની વાત છે, કે જે આર્યાવર્તની પ્રજા એક કાળે હજારેા વર્ષનું આયુષ્ ભેાગવતી હતી તેનાંજ સંતાનેાના જીવનનેા સરાસરી કાળ૩૦–૩૫ વરસ જેટલેા જોવામાં આવે છે. ! ! જેના પૂર્વજો શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક બળમાં એટલા બધા આગળ વધ્યા હતા કે જે વિષે વાંચતાં આજ પણ સર્વ દેશની પ્રજાએા ચકિત થાય છે, તેજ પ્રજાનાં સંતાનેા આજે કેટલાં નિર્બળ, નિર્માલ્ય, નિસ્તેજ અને જુવાનીમાં ઘરડાં જેવાં નજરે પડે છે ! ! **એા ભારત વર્ષ !** જોઇને હ્રદય સંદગ્ધ થાય છે, કે જ્યાં રેાગનું નામ નિશાન નહેાતું ત્યાં આજે અસંખ્ય રેાગી માણસેા ઉભરાઇ જતા ઠેરે ઠેર જોવામાં આવે છે.

આર્ય પુત્રેા! અત્યંત ખેદની વાત છે, કે આજે આ પવિત્ર ભારત ભૂમિમાં ચારે તરફ અનેક માણસેાને અનેક પ્રકારના રેાગેાની કડવી ફરિયાદેા કરતા જોઇએ છીયે ! કેાઈ પ્રમેહ, બદ, વિસ્ફેાટક કે, ઉપદંશની તેા કેાઈ ક્ષય, ખાંસી, દમ અને સ્વાસ ચઢવાની, તેા કેાઇ હાથ પગ આદિ શરીરના ભાગેામાં થતા કળતરની બુમ મારીજ કરે છે. કેાઈ માથાનું દુઃખવું, કમરનું દરદ, બરડાનું ફાટવું. ચક્કર અને આંચકીથી તેા કેટલાંક પ્રદર, સંધિવા, અને મૂત્રાતિસારથી પીડાતાં નજરે પડે છે. કેટલાંક અજીર્ણ મંદાગ્નિ, બંધકેાષ, કે ઝાડાના દરદથી તેા કેટલાંક ધાતુસ્રાવ, સ્વપ્નદેાષ, પેશાબમાં ધાતુનું જવું એ આદિ ધાતુ વિકારના રેાગેાથી અશક્ત અને નિર્માલ્ય બની ગયાં હેાય તેવાં જોવામાં

વ્યાધિ રૂપી સત્રુએાને જગાડનાર ફેરી વ્યસનાદિ આહાર વિહારજ છે એ ખાસ ધ્યાનમાં રાખજો અને અતિ શીઘ્ર તેને તજી દેવા મન સાથે નિશ્ચય કરજો.

આવે છે. ભાઇઓ! આંખ ઉઘાડો અને જુઓ તો ખરા કે, આ કયા પાપનાં પરિણામો આવી લાગ્યાં છે.!!

અલબત્ત, આવાં પરિણામો પાપનાજ હોઈ શકે, આ પાપ તે બીજું કોઇજ નહિ પરંતુ ઇંદ્રિયોની લાલસાને વશ બની **મિથ્યા આહાર વિહારથી** શરીરનું સત્વ જે **વીર્ય** તેમાં બગાડ પેદા કરવો એજ છે. **વીર્ય** એ શરીર રૂપી રાજ્યનો રાજા છે **અને** જેમ **રાજા** નબળો પડવાથી રાજ્યમાં અવ્યવસ્થા ઉત્પન્ન થઇ ચોર લુંટારા આદિ લુચ્ચાઓ બળવાન બની રાજ્યને છિન્ન ભિન્ન કરી નાખે છે; તેમ **વીર્યરૂપી** રાજા નબળો પડતાં–તેમાં બગાડો પેદા થતાં-શરીરરૂપી રાજ્યમાં અવ્યવસ્થા પેદા થાય છે, અને અનેક રોગો રૂપી શત્રુઓ બળવાન થઇ તેની પાયમાલી કરી મૂકે છે.

ઓ ભારત સંતાનો*! યાદ રાખજો કે, વીર્ય એ દેહના આધારભૂત સારમાં સાર એવું અલૌકિક અને ઉતમોત્તમ તત્ત્વ છે. **વીર્યજ** જીવન છે-સર્વસ્વ છે. ભગવાન શ્રી ધન્વંતરીએ કહ્યું છે, કે:–**शुक्रायत्तं बलं पुंसां बला यत्तंतुजीवनम्।** અર્થાત્-વીર્યથી બળ અને બળથી જીવન છે. વળી એક બીજે સ્થળે પણ પ્રબોધ્યું છે, કે:–

---

* આર્ય દેશના આરોગ્યની રક્ષા કરવાને આર્ય ઔષધોજ પૂર્ણ સમર્થ છે.

" यस्यदेशस्य योजन्तु स्तज्जंतस्यौषधंवरम् ॥ "

અર્થાત્–માણસ જે દેશમાં ઉત્પન્ન થયો હોય તેને તેજ દેશની ઔષધી હિતકારક છે.

जीवो वसति सर्वास्मिन् देहे तत्र विशेषतः ।
वीर्ये रक्ते मले यस्मिन् क्षीणे यातिक्षयंक्षणात् ॥
अग्निमूलं बलं पुंसां रेतो मूलं चजीवितम् ।
तस्मात् सर्व प्रयत्नेन वाह्नं शुक्रं च रक्षयेत् ॥

અર્થાત્–જીવ સંપૂર્ણ દેહમાં રહે છે, તોપણ વિશેષે કરીને વીર્યમાં, લોહીમાં અને મળમાં રહે છે. આથી જો વીર્ય, લોહી અને મળનો ક્ષય થાય તો એક ક્ષણમાં શરીર નાશ પામે છે.

બળનો આધાર અગ્નિ ઉપર છે તેમજ જીવિતનો આધાર વીર્ય ઉપર છે. તેટલા માટે દરેક માણસ જઠરાગ્નિનું તેમજ શુક્રનું રક્ષણ કરવું જોઇએ. વળી જુઓઃ—

शुक्रं तस्माद् विशेषेण रक्षान्नारोग्यमिच्छति ।
धर्मार्थ काम मोक्षाणा मारोग्यं मूलकारणम् ॥
चित्तायत्तं नृणाशुक्रं शुक्रायत्तंचजीवितम् ।
तस्माच्छुक्रंमनश्चैव रक्षणीयं प्रयत्नतः ॥

અર્થાત્–જો આરોગ્યની ઇચ્છા હોય તો વીર્યનુંજ રક્ષણ કરવું. કારણ કે ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ એઓની પ્રાપ્તિનું મૂળ કારણ આરોગ્યતાજ છે. માટે આયુષ્ય વૃદ્ધિની ચાહનાવાળાઓએ મનથી અને પ્રયત્નથી વીર્યનુંજ રક્ષણ કરવું યોગ્ય છે.

આર્ય ઔષધોમાં આર્ય મહર્ષિઓએ શુદ્ધ, 'અભ્રક ભસ્મ' ને સર્વોત્તમ અને અગ્રવર્તી લખેલી છે એ સ્મરણમાં રાખવા યોગ્ય છે, અને તે સર્વે ધાતુવિકારોને નષ્ટ કરનાર ચોક્કસ દવા છે.

આમ વીર્યનું રક્ષણ કરવાનાં સેંકડો પ્રમાણો સાધુ પુરુષોએ પ્રજાના કલ્યાણ માટે ઉચ્ચારેલાં છે. કારણ ! બધાં જીવધારીઓનાં જીવન અને સુખનું એ મૂળ છે. એનાથીજ બધી ઇંદ્રિયો બળવાન, તેજસ્વી, ચપળ અને સજીવ બને છે. એના વડેજ માણસો ધારેલાં કામો સહેલથી પાર પાડી શકે છે. એનું રક્ષણ કરવાથી-તેમાં બગાડ ન થાય અને તેનો દુરૂપયોગ ન કરાય એવી રીતે વર્ત્તવાથીજ અર્થાત્ બ્રહ્મચર્ય પાળવાથીજ માણસ તત્ત્વવેત્તા અને ત્રિકાળદર્શી બને છે. એના પ્રભાવેજ માણસ બળવાન, કાંતિવાન અને દીર્ઘાયુષી બની જગદુદ્ધારક **વીર** બાળકો પેદા કરી શકે છે, અને જગતનાં સઘળાં સુખો યથાર્થ રીતે મેળવીને આનંદ પૂર્ણ બને છે. આ **ભારત ભૂમિ** એક કાળે સર્વ જાતનાં વિદ્યા, કળા, કૌશલ્યમાં નિપુણ બની સુધારાની ટોચે પહોંચી અન્ય દેશોની શિક્ષા ગુરૂ તરીકે દીપી રહી હતી તેનું કારણ પણ બંધુઓ ! તેના પુત્રો અને આપણા પૂર્વજોએ કરેલું વીર્યનું અખંડ પાલનજ છે. પરંતુ “ **विनाश काले विपरीतबुद्धिः** ” અફસોસની વાત છે, કે, આજે એજ ભૂમિમાં મહાનુભાવી પૂર્વજોની વાતો કરવા સિવાય બીજું કંઈજ જોવમાં આવાનું નથી. ! ! **ઓ પ્યારાં ભારત સંતાનો !** આ દુર્દશા નિહાળી દેહ કંપાયમાન થાય છે, નેત્ર અશ્રુપાત ચાલે છે, લેખન લખવાને મુખ મોડે છે, અને હૃદયમાં વડવાનલ અગ્નિની પ્રબળ જ્વાલાઓ ઉત્પન્ન થાય છે, **છતાં** કહેવું આવશ્યકીય છે, કે જ્યારથી આ **ભારત** વર્ષમાં અનેક પ્રકારનાં કેરી દુર્વ્યસનાદિ નિર્બળતાએ પોતાનો પગ પેસારો કર્યો છે ત્યારથીજ આપણું એ આધ્યાત્મ બળ, બુદ્ધિ, પરાક્રમ, કર્માકૌશલ્ય, વિચાર અને શીલતા આદિ સર્વસ્વનો લોપ થયો છે ! ! ! **બંધુઓ !** આની આ દશા જો ચાલુ

રહેશે તો પરિણામે આપણે કયી સ્થિતિના ભોગ થઈ પડીશું તે સંબંધે હવે ઘોર નિદ્રામાંથી નેત્ર ઉઘાડી વિચાર કરવો ઘટે છે. **જરા દયા ખાઓ ભાઇઓ! પોતાની જાતપર જરા દયા લાવો!** અને આ ધાતુ હિનતાનાં કારણો શોધી તેને દૂર કરવાને સત્વર અને અતિ શીઘ્ર કટિબદ્ધ થાઓ એ ઘણુંજ અવશ્યનું છે.

ધાતુ વિકારનાં કારણો:—

ધાતુમાં વિકાર ઉત્પન્ન કરનાર કારણો અનેક હોઇ શકે. નઠારા વિચારોનું સેવન કરવું, તન અને મનનો અયોગ્ય શ્રમ, અનિયમિત સૂવું, ઉઠવું અપ્રમાણિકપણે વ્યવહાર ચલાવવો, દરેક બાબતમાં ભેદ દ્રષ્ટિએ જોવું, ઇર્ષ્યા, દ્વૈત બુદ્ધિ, અદયા, અનીતિ અને નઠારી સંગત, કુટેવોને તાબે થવું, કૃત્રિમ રીતે વીર્યને કાઢવું, કાચી વયમાં વિષય વશ થવું, દિવસ, નિશ રતિ વિલાસ કરવો, રજસ્વલા, પ્રદર આદિ રોગી સ્ત્રી સાથે સંગ કરવો, ભૂખ, તરસ, અને ઝાડા, પેશાબ રોકવાં, છેક નાની ઉમ્મરમાં કેળવણી શરૂ કરવી, સૃષ્ટિક્રમ વિરૂદ્ધ વર્તવું, શૃંગારી વાચન, ગાયન, નાટકો એ વગેરે કારણો વીર્યમાં વિકાર પેદા કરે છે. પરંતુ યાદ રાખજો કે આ સઘળાં કારણો પૈકી **અનિયમિત અને અયોગ્ય આહાર વિહારથી** જે ખરાબી થાય છે તેટલી ખરાબી બીજાથી ભાગ્યેજ થતી જોવામાં આવે છે. કારણ **આહાર-વિહાર** એ સઘળામાં મુખ્ય છે. **આર્યશાસ્ત્ર** કહે છે કે:—

सर्वेषामेव रोगाणां निदानं कुपितामला ।
तत्प्रकोपस्यतुप्रोक्तं त्रिविधा हित सेवनम् ॥

“ माधवनिदान ”

અર્થાત્-સરવે જાતના રોગો મલ (વાત, પિત્ત, કફ) ના કોપથી થાય છે અને મળના કોપનું કારણ વિવિધ પ્રકારનું અહિત (પ્રકૃતિ વિરૂદ્ધ) સેવન છે. હવે આ આહાર વિહાર પ્રતિ બેદરકાર રહેવાથી ધાતુમાં કેવી રીતે વિકાર પેદા થાય છે, અને અનેક રોગો એક પછી એક ઘર કરી બેસે છે તે એકે એકે તપાસીશું.

આહાર.

આહારમાં ખાનપાનનો સમાવેશ થાય છે, શરીરનો ઘસારો પૂરો પાડી તેને તંદુરસ્ત અને નિયમિત કામ કરતું રાખવાને શુદ્ધ હવા અને શુદ્ધ ખાનપાનની ખાસ જરૂર છે. આ ખાનપાનથીજ શરીરનાં સઘળાં દ્રવ્યો પેદા થાય છે. જે પ્રકારનું ખાનપાન તે પ્રકારેજ શરીરનાં સઘળાં દ્રવ્યો પુષ્ટ વા વિકારી બને છે.

શરીરમાં મુખ્ય સાત ધાતુઓ છે,-રસ, લોહી, માંસ, મેદ, અસ્થિ, મજ્જા, અને વીર્ય, આમાં વીર્ય તે પહેલી છ ધાતુઓના પરિણામ અથવા સાર રૂપ છે. કારણ આપણે ખાવા પીવામાં જે પદાર્થો વાપરીએ છીએ તે પ્રથમ જઠરમાં જઇ તેનો રસ બને છે. રસમાંથી રકત, રકતમાંથી માંસ, માંસમાંથી મેદ, મેદમાંથી અસ્થિ, અસ્થિમાંથી મજ્જા, અને છેવટે બરાબર છવ્વીસ દિવસે મજ્જામાંથી વીર્ય બને છે. **પ્રિય વાંચનાર!** હવે તારા સમજવામાં સહેલથી આવશે કે, ખાનપાનમાં સેવાતા પદાર્થોની સારાસારતા ઉપરજ **આખા**

આર્ય મહાત્માઓ નિશ્ચંદ્ર—ચળકાટી ન હોય તેવી—મારેલી શુદ્ધઅભ્રક ભસ્મ અમૃતની સમાન છે એમ ફરમાવી રહ્યા છે જેમકે:—

“ मृतं निश्चंद्रतांयातं मरणं चामृतोपमम् । ”

દેહના રોગી કે નીરોગીપણાનો આધાર છે. માટે ખાનપાનના સંબંધમાં તેમજ તેમાં ઉપયોગમાં લેવાતા પદાર્થોના સંબંધમાં આપણે બહુજ કાળજી રાખવાની જરૂર છે.

શરીર આરોગ્ય રહે મન, બુદ્ધિ બલિષ્ટ બને તે માટે ખાવા પીવાના પદાર્થોમાં બહુ સાવધ રહેવાની જરૂર છતાં આજ કાલ મોજ શોખની ખાતર, ગૌરવની ખાતર કે સુધરેલામાં ગણાવાની ખાતર, **મિથ્યા આહાર વિહાર** વડે શરીરની કેટલી બધી પાયમાલી કરાય છે તે તો સૌને જાણીતું છે. જેમકે, જાત જાતની મિઠાઈ, ચહા, સોડા, લેમન, આઇસ્ક્રીમ, ભજીઆં, બીસ્કીટ, આદિ વસ્તુઓ કે જેમાં ચોક્ખાઇનું તો નામજ નહિ. એવાં ખાન પાનોને માટે કેટલી બધી આસક્તિ જોવામાં આવે છે. ? દારૂ, અફીણ, ભાંગ, ગાંજો, ચડસ, **ચહા**, અને તમાકુ આદિ જીવલેણ કેફી ચીજો તમારા લોહીના પરમાણુઓ સાથે મળી અનેક મહા રોગોને જનમાવી દેહ, દેશ અને દોલતની કેટલી બધી ખુઆરી કરે છે ? **ઓ બંધુઓ !** યાદ રાખજો કે, આ સઘળો **મિથ્યા** આહાર છે. અને તે આ સુધારાના (!) જમાનામાં પેદા થએલા મહાન્ દુર્ગુણ હોઇ મનુષ્યને પશુ કરતાં પણ નીચ બનાવનાર છે. આજે આ દેશમાં દુર્વ્યસનોએ ઘર કરી ધન, ધર્મ અને કીર્તિ, કલ્યાણની કેવી અધોગતિ કરી છે તે પ્રત્યક્ષજ છે.–

અપવિત્ર અને કેફી પીણાં.

દારૂ

" પ્યાલા જે દારૂ તણા તેતો ભાલા તુલ્ય,
તન ધન અક્કલ આબરૂ આયુષ હરે અમૂલ્ય;
કેફ ન કરશો કોઈ કદિ કેફ કલેશનું મૂળ,
જુઓ કેફ કરી જાદવે કર્યું નિકંદન કૂળ.

દારૂ એ સઘળાં પીણુંઓમાં પહેલા નંબરનું ખરાબીનું મૂળ છે. દેહ, દેશ ને દોલતની પાયમાલી કરવામાં દારૂ એ દાવાનલ રૂપ છે. મરૂને ફારસીમાં શરાબ કહે છે. 'શર' એટલે ફિસાદ અને 'આબ' એટલે પાણી અર્થાત્ જે પીણાથી શરીરમાં અનેક જાતની ફિસાદો પેદા થાયછે તેનું નામ શરાબ અથવા દારૂ છે.

દારૂનો ઉપયોગ નિરર્થક છે અને તે પીનારનું અકલ્યાણ થાય છે, એવો બધા ધર્મ તથા ધર્મશાસ્ત્ર, વૈદ્યક શાસ્ત્ર અને તેના જ્ઞાતા વિદ્વાન, પંડિત, સુજ્ઞ તથા સદ્વૈદ્ય અને અનુભવી ડાક્તરોનો એક મત છે. ભગવાન શ્રી મનુજી કહે છે, કેઃ—

सुरावैमलमन्नानां पाप्माच मलमुच्यते ।
तस्माद् ब्राह्मण राजन्यौ मनुष्यो न सुरांपिवेत् ॥

અર્થાત્—મદિરા એક પ્રકારના પદાર્થોનો મળ છે, અને મળ તે પાપ કહેવાય છે, આથી મનુષ્ય માત્રે તે ન પીવો જોઇએ.

વળી કુરાનશરીફના ૭મા ભાગની ૬ ઠી સુરતમાં ફરમાવ્યું છે કેઃ-" હે મુસલમાન (ઇમાનવાળા) લોકો દારૂ (નિશાવાળી ચીજો) એ પલીત છે અને એ સેતાનનાં કામ છે. તેનાથી દૂર રહો તો તમે સ્વર્ગ પામી શકશો. સ્વર્ગ-(બહેસ્ત) સેતાન (દારૂ) વડે તમારામાં અદાવત અને દુષ્મનાઈ દાખલ કરે છે અને અલ્લાથી તથા નિમાઝથી તમને દૂર રાખવા ચાહે છે, માટે તમે દારૂ અને જુગારથી

દારૂનું વ્યસન મૂકી દઈ 'દ્રાક્ષાસવ' વાપરવું, અથવા 'એાબધ્ધ એક' નામની અમારી દવાના ઉપયોગથી દારૂના વ્યસનથી મુક્ત થવાય છે.

વિચાર ધરાવનારને માટે એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે,:-તમાકુ લેનાર અને અફીણ ખાનારને જે નુકશાન થાય છે તેની હદ તેમના જાન પરજ છે પણ દારૂડીઆ જાતે ખરાબ થાય છે એટલુંજ નહિ, પણ તે ધન ગુમાવે છે, પોતાના કુટુંબને ડુબાવે છે. અને નાત જાતને લજાવે છે. લોક તેના તરફ આંગળી કરે છે, દિનપરદિન તંગાશ અને દુઃખના ખાડામાં ઉતરતો જાય છે, અને છેવટ હડ હડ થવાની સ્થિતિએ પહોંચે છે. દારૂના વ્યસને આ સ્થિતિએ પહોંચેલા કેટલાક આદમી નજરે આવે છે,-ડો. ત્રિ. મો. એલ. એમ."

સર્વ દેશ અને સર્વોત્તમ હિતેચ્છુ ભાઈઓએ યાદ રાખવું જોઈએ કે, સુધરેલા જગતનો ઝગ ઝગાટ તેની કેફી દુર્વ્ય-સનાદિ શિશ્નોદરોપભોગ્ય તૃષ્ણાથી ભોળવાઈ ફસાઈ પડવું ન જોઈએ, એ સુખો સર્વ પોકળ ઠર્યાંછે, જ્ઞાન રૂપી અગ્નિમાં તપાવીને તેની કસોટી કરતાં ઘાસ તથા લાકડાની પેઠે તેના કસમાં ખામી જણાઈ છે. અડધા લોકો અન્નવિના ભૂખે મરે છે જ્યારે બાકીના અડધા લોકો રીતસર ગણાતી યુકિતઓ વાપરીને ગરીબ અને ગરજુ લોકોની પડાવી લીધેલી સંપત્તિથી યથેચ્છ ઉડાઉપણું દારૂ, અફીણ, તમાકુ, ગાંજો, ભાંગ, ચુરટ, બીડી, ચહા, અતરની શીસીઓ વગેરે વગેરે દાંભિક આ-દરસત્કાર અને મોજ શોખ તથા એશ આરામમાં ડુબી જઈ આયુ,

---

" मन्नात्रोधि मन्नामितजरं हृष्य मापुष्य मग्रयम् ॥ "

અર્થાત્-અભ્રક ભસ્મ-બુદ્ધિને વધારે છે, વીર્ય અને આયુષ્ય વર્દ્ધક તથા ઘડપણને દુર કરે છે. અફીણાદિ કેફ રૂપી આફતે બગડેલા મગજ અને વીર્યને સુધારવામાં અભ્રક ભસ્મ આબાદ અમૃત છે.

આરોગ્ય અને ધન, ધર્મને ગુમાવી નાખે છે જેનામાં સંભાવ યુકત ત્યાગ નથી તેને અનુભવી અને હુશિયાર જંગલી પ્રાણીજ કહેવો જોઇએ. ભપકાના વહાલા ભકતો ! જ્યાંસુધી દુનિયાપરથી દારૂ આદિ દુર્વ્યસનોનો લોપ ન થાય અને દેશના દુઃખી આત્માઓપર સંભાવના–પ્રેમ ન કરાય ત્યાં સુધી નીતિ, ધર્મ અને સદાચરણ નિયમિતપણું અને ડહાપણ, આયુ, આરોગ્ય અને આત્મકલ્યાણ એની આશા રાખવી એ વ્યર્થ છે. સુજ્ઞ બંધુઓ ! સાવધ રહો અને એ શક્તિઓને સંભાવનામાં ફેરવી નાંખો, એટલે સંપૂર્ણ સુખ સિદ્ધિની સત્વર પ્રાપ્તિ થશે. શ્રી ગુરૂપરમાત્મન સૌને સદ્બુદ્ધિ આપો અને દારૂ આદિ દુર્વ્યસનોનો સ્પર્શ ન થવા દો એવી પ્રાર્થના છે.

શેર—" મરના ભલા હૈ ઉસકા જો અપને લિયે જીયે,
જીતા હૈ વહ જો મરચુકા ઇનિશાનકે લિયે. "

અફીણ.

" અફીણીયાના અંગનો નજરે નિરખો હાલ,
એ ઉપરથી જાણજો અફીણમાં શો માલ. "

સુજ્ઞ સજ્જનો ! અફીણે પણ તન, મન, ધનની ખુઆરી કરવામાં બાકી રાખી નથી. ગૌબ્રાહ્મણ પ્રતિપાળ ક્ષત્રિયકુળભૂષણ વીર નરોને યાદ કરો અને સાથે સાથે આજનાં તેમનાં સંતાનોની સ્થિતિ નિહાળો. મહાન રાજ્ય રિયાસતના માલિકો આજે કસુંબાની લહેરમાં પોતાની જાતને ભૂલી દાસત્વ કરતા કે ચીથરે હાલસ્થિતિમાં ફરતા નજરે પડે છે ! કેવી દુઃખદ સ્થિતિ ! !

શાસ્ત્ર વચન છે, કે:—

अफीम्ना निद्रालु भवति मलरोधी च मनुजो ।
विधत्ते ग्रेतत्वं गमयतिच श्वासो नाहिकाचित् ॥
अनाप्ते तस्मिनत्रै भवति बलहीनः प्रमुरपि ।
तथैवाग्नेर्मान्द्यं भवति धन नाशःप्रतिदिनम् ॥

અર્થાત્-અફીણથી ઉંઘણુસી બને છે. કબજીયત કરી ઝાડાને રોકે છે. આથી શ્વાસ તથા દમનો રોગ થાય છે. તથા મંદાગ્નિ થઇ બળનો નાશ થાય છે. અને અનેક પ્રકારના વ્યાધિઓ થઇ અકાળે ઘડપણ અથવા મૃત્યુ આવે છે. તેમજ હમેશાં ધનનો નાશ થાય છે. ડા. ટેન્ડન સાહેબ જણાવે છે કે:—" અફીણ ખાવાથી ના હિમ્મત કમજોરી, લોહીનું સૂકાવું, બદહજમી, કમ્પવા, નામર્દી, આદિ રોગો થાય છે. આથી તેને ખાવું, પીવું, પાસે રાખવું કે ખેતી કરવી એ પાપ છે. એનો ત્યાગ કરવો એ સર્વથી ઉત્તમ અને ધર્મ છે." અફીણથી આટઆટલું નુકસાન છતાં વધારે ખેદકારક તો એ છે, કે કેટલીક અજ્ઞાન માતાઓ કુમળાં બચ્ચાંને બળ, બુદ્ધિ અને આયુ, આરોગ્યનો નાશ કરનાર અફીણની બાળા ગોળીઓ ગળાવે છે. આથી બાળક રોગી, દુબળું અને તેના લોહી, માંસ, હાડપિંજર ખાખાત્રીખી થઇ જાય છે અને નાની ઉમરમાંજ ઘણું કરી તે મરણ શરણ થાય છે. માટે ઓ ! **ભારત સતિઓ** ! બચ્ચાંને કોઇ પણ કેફી પદાર્થનું **બંધાણ કરાવવું એ મહા પાપ છે**. આ ટેવ એકદમ બંધ કરવી એ દરેક સ્ત્રી, પુરૂષની **ખાસ** ફરજ છે.

બાળકને 'આષધ એક' નામની અમારી દવાથી ગોળીનું બંધાણ સહેલમાં છુટે છે.

ડા. ત્રિભોવનદાસ એલ. એમ. લખે છે, કે;–" **અફીણને** લીધે મગજ બગડે છે, અને મગજની ઉત્તમ શક્તિઓ મંદ પડી જાય છે. બંધાણીમાંના કોઇ કોઇને આંચકી, ફેફરૂં, આંખના દરદ, લકવો, ઇત્યાદિ દરદ થાય છે. બચ્ચાંને **અજ્ઞાન** અને **દુષ્ટ માતાઓ** અફીણનું બંધાણુ કરાવે છે અને અફીણુ ઘોળી અગર તે બાળા **ગોળી** કોઇ વાર ખવરાવે છે. નાના બાળકોને અમલ કરાવવાથી તેમનું શરીર બળી જાય છે. તેમાંનાં કેટલાક જન્મ પર્યંત અશક્ત રહે છે. કેટલા-કને ઝાડો કબજ થઇ આંચકી ચૂંક ઇત્યાદિ રોગ થાય છે. જે બાળકને બાળાગોળીનું બંધાણુ કરાવે છે તેને દુશ્મન અને દુષ્ટ મા સમજવી.

ભાંગ—ગાંજો.

ભાંગ અને ગાંજો ચડસ તથા માજમ એતો સાક્ષાત આયુ. આરોગ્ય, બળ, વીર્ય અને સુધર્મ સુબુદ્ધિનો વિનાશ કરનાર બીજ છે આર્ય શાસ્ત્ર ઉપદેશે છે, કે:—

स्त्रासं तथा कमनकंच त्रिधत्तएव ।
रक्तंच शोषयति निर्बल मांशुदेहम् ॥
धातुक्षयं प्रकुरुतेऽप्यथद्रव्य नाशम् ।
उन्मत्तता सकल पाप निमित्त भूता ॥

ભાંગ તથા ગાંજાથી ગુમ બનેલાં મગજને '**અભ્રક ભસ્મ**' આબાદ કરી પુષ્ટિ આપનાર અકસીર ઇલાજ છે.

'**ઔષધ એક**' નામની અમારી દવાથી દારૂ, અફીણુ, ગાંજો, અને ભાંગ વગેરે વ્યસનોમાંથી બીનહરકતે નિશ્ચય મુક્ત થઇ શકાય છે.

અર્થાત્—ગાંજો, ચડસ, ભાંગ વગેરેના પીવાથી સ્વાસ, ખાંસી, અને દમનો રોગ થાય છે. દેહનાં લોહી, માંસ, સુકાઇ જઇ નિર્બળતા ઉત્પન્ન થાય છે. ધાતુઓનો ક્ષય થાય છે, ધનનો નાશ થાય છે. અને તે પીનાર ઉન્મત્ત બની જઈ નહિ કરવાના પાપ કર્મોને કરનારો થાય છે. ડા. ત્રિ. મો. એલ. એમ. જણાવે છે, કે:—" ગાંજા અથવા ભાંગને લીધે છાતીના અને મગજના વ્યાધિઓ થાય છે, તેના કેફથી કેટલાક ગુનાહ અને ખુન થયેલાં છે. તેને લીધે કેટલાક બેભાન અને આયુષ્યભર દીવાના થઇ જાય છે." એક વિદ્વાન કહે છે, કે:-

" ગાંજો તજ ગાંજો તોરા ગાતરને ગાંજનાર,
ભાંગ તજ ભાંગ તારૂં ભવન ભમાવશે;
મજમ નહિરે એતો દુતી છે મહાજમની,
માજમ તો કદી તને મોતને મેળાવશે. "

તમાકુ.

તમાકુનો પ્રચાર તો આજે ઠેર ઠેર થયેલો જોવામાં આવે છે. દેશમાં એકે ઘર એવું ભાગ્યેજ હશે, કે જ્યાં તમાકુનો, ખાવામાં, પીવામાં, સુંઘવામાં કે દાંતે ઘસવામાં તેનો ઉપયોગ કરાતો ન હોય, પણ બંધુઓ! પરમ ખેદની વાત છે, કે તેનાથી થતાં નુકસાનો અનુભવવા છતાં તેનો ત્યાગ કરી શકાતો નથી. તમારા મનની આ નિર્બળતા તેમાંથીજ પેદા થઇ છે. અને જ્યાં નિર્બળતા છે ત્યાં કદી સુખ અથવા આત્મોન્નતિની પ્રાપ્તિ થતીજ નથી. વેદમાં કહ્યું છે કે:—

नायमात्मा बल हीनेनलभ्यः । બળ હીનને કદી આત્મલાભ થતો

નથી." એક વિદ્વાન કહે છે, કેઃ—"તમાકુ વૃદ્ધિને અટકાવી જ્ઞાનતંતુને ઢીલા કરી ઘણુઓને અકાળે મશાણમાં મોકલે છે. ખરેખર બીડી પીનાર પોતાના હૃદયને નબળું બનાવે છે અને પોતાનાં સંતાનોને માટે મૂર્ખતા અને રોગોનો વારસો તૈયાર કરે છે." ઇંગલેંડમાં નેલ ટેલર નામના આંખના એક પ્રખ્યાત ડૉકટરે લખ્યું છે, કેઃ—"આંખના દશ દરદીમાંથી, સાત રોગીઓએ સીગારેટ અર્થાત્ બીડી અથવા તમાકુ પીવાથી પોતાની અમૂલ્ય આંખોનું તેજ ગુમાવી દીધું છે, તેમજ આંધળા થયા છે અને જીભ સડી ગઇ છે." (ને. ઓ. ડરબન) ડૉ. ત્રિ. મો. એલ. એમ. લખે છે, કેઃ—"તમાકુ પીવાથી, સુંઘવાથી, કે ખાવાથી કશો ફાયદો નથી, ફક્ત મોજશોખમાં અને નવરાશનો વખત ગાળવાને એ એક સાધન માની લીધેલું છે. વખત ગાળવાનાં બીજાં નિર્દોષ સાધન છોડી આ દોષિત વ્યસન ગ્રહણ કરવું ગેરવાજબી છે. તમાકુ એ પરામિષ્ટ ઝેર છે. × × × તમાકુથી આંખના વ્યાધિ, મગજનાં દરદ અને છાતીના રોગોનો ઉપદ્રવ થાય છે. × × × ઉછરતા જુવાનોને તમાકુ ઘણી નુકશાનકારક છે. તેઓને તે નબળા કરી નાખે છે. અને તેમની **પાચનશક્તિ** નરમ પાડે છે. તેમ છતાં કેટલાંક **માબાપ** પોતાનાં બચ્ચાંને તમાકુનું બંધાણ થવામાં ઉત્તેજન આપે છે." શાસ્ત્ર ફરમાવે છે, કેઃ—

बुद्धिं विनाशयति लुंपति चार्थजातम् ।
रोगं तथा वितनुते शिरसि प्रभूतम् ।
अभ्यर्थना मपिच कारयति त्वकायत् ॥
नस्यंनसेव्य मितिधीर नरै कदाचित् ॥

અર્થાત્—બુદ્ધિ અને ધનનો નાશ કરનારી અને શરીર અથવા માથાના સંપૂર્ણ રેાગેાને ઉત્પન્ન કરનારી, તથા દીનતા પ્રગટ કરાવનારી એવી તમાકુનેા, ખાવામાં, પીવામાં, સુંઘવામાં, કે દાંતે ઘસવામાં વિદ્વાન તથા બુદ્ધિમાનેા એ કદાપિ ઉપયેાગ કરવેા જોઇએ નહિ.

ચ્હા—કોફી.

આજકાલ ચ્હાના પીણાનેા તેા દેશમાં એટલેા બધેા પ્રચાર થએલેા જોવામાં આવે છે, કે તેનું વર્ણન કરવું પણ અશક્ય છે, એક વિદ્વાન ' ચ્હા ' વિષે આ નીચે મુજબ શાર્દૂલ શ્લેાકથી વર્ણન કરે છે, કેઃ—

" प्रज्ञै रज्ञै स्तरूण जठरै ब्राह्मणै रन्त्यजातैः ।
पौरै र्ग्रामै र्नरपतिवरै र्निग्रहै र्निस्वकैश्च ॥
प्रातःसायं नियमितं तया भ्यर्चितो भक्तिभावाद ।
हा ! हा ! चाहा हतकलियुगे कर्षति प्राणवित्तं ॥

અર્થાત્—અહેા ! ડાહ્યા, મૂર્ખ, જુવાન, વૃદ્ધ, બ્રાહ્મણ, તેમજ હલકી જાતના લેાકેા, શહેરીએા અને ગામડીઆએા રાજા તથા ઘર વગરના અને સાધનહીન એવા સર્વ લેાકેાથી નિયમિતપણે સવાર સાંજ

ભક્તિભાવથી આદરને પામતી ચાલ આ કલિયુગને વિષે પ્રાણ, અને ધનની હાનિ કરે છે. **બીલીયમ કોબેટ** નામના પ્રસિદ્ધ **ઇંગ્રેજ ગ્રંથ**કાર કહે છે, કેઃ–" હું **ડાક્ટર** હોવાનો દંભ કરતો નથી પણ હું ખાત્રીથી કહું છું, કે હમેશાં નિયમિતપણે **ચ્હા, કોફી,** ના નામથી એક બે **ગરમ** પાણીના પ્યાલા ગળામાં રેડવા એ **તંદુરસ્તીને** મહાન નુકસાનકારક છે," "**બ્રીટિશ મેડીકલ જરનલ**" પણ **ચ્હા કોફી** વિરૂદ્ધ સખત અભિપ્રાય ધરાવે છે. **ચ્હાનું** પ્રથક્કરણ કરતાં (૧) ટેનીકએસિડ (૨) થીન (૩) એક જાતનું ઉડી જનારૂં તેલ માલુમ પડયાં છે. ટેનીક એસીડ એ એક જાણીતો કબજીયાત કરનારો પદાર્થ છે, અને **ચ્હાના** એક પ્યાલામાં તે લગભગ દશથી **બાર** ટકાના પ્રમાણમાં જોવામાં આવ્યું છે. **ચ્હાના** બંધાણથી મંદાગ્નિ, કબજીયત વગેરે ચિન્હો જણાય છે તે ટેનીક એસીડને લીધેજ. જ્યારે **જ્ઞાન**તંતુની નબળાઈ, ઉંઘ ન આવવી, શરીરમાં ધ્રુજારી, ઇત્યાદિ **ચિન્હો 'થીન'**ને લીધે થાય છે. આ **પરિણામ** જોતાં **અમેરિકાનો** એક બાળકોનો **ખાસ ડાક્ટર** તો **એટલે** સુધી કહે છે, કેઃ–" **હું મારા બાળકને દિવસમાં ત્રણવાર કદાચ દારૂ આપું પણ ચ્હા,** કે કોફી તો કદીએ ન આપું." મતલબ કે **દારૂથી** પણ આ પીણાં વધારે નુકશાનકારક છે.

ચ્હા, કોફીથી ઉસ્કેરાઈ મંદ પડેલાં મગજ, જ્ઞાનતંતુ, પાચનક્રીય તથા હૃદય વગેરેમાં **ઘણી ઝડપથી અભ્રક ભસ્મ** સુધારો કરી સત્વર **તંદુરસ્ત** બનાવે છે.

ચ્હાનું વ્યસન છોડવા માટે તુળસીનો ચ્હા કરી પીવો એ બહુ જ ગુણકારી છે.

પ્રિય વાચક વર્ગ ! આ બધા ઉપરથી જણાશે, કે શુદ્ધ જળ સિવાયનાં સઘળાં પીણાં ધન, ધર્મ અને આરોગ્યની ખરાબી કરનારજ છે. દરેક માદક–કેફી પદાર્થમાં ખાસ કરીને ગરમી અને ઝેર એ બન્ને હોય છે. માણુસ જે ખાનપાન કરે છે તેના સારરૂપ વીર્ય બની મન તથા શરીરપર તેથી આરોગ્ય વા અનારોગ્યતા થાય છે. શાસ્ત્ર ફરમાવે છે કેઃ—

आहार शुद्धौ सत्व शुद्धिः सत्वशुद्धौ ध्रुवा स्मृतिः"

અર્થાત્—આહાર શુદ્ધ હોય તો વીર્ય અથવા મન પણુ શુદ્ધ થાય છે, અને વીર્ય તથા મન શુદ્ધ થતાં તેને આત્મસુખ તરફ પણ અચલ સ્મૃતિ પોતાની મેળેજ થાય છે. ડાકટર–શ્રી ત્રિભોવનદાસ એલ. એમ. લખે છે, કેઃ–ભાંગ ગાંજો અફીણાદિ કેફી ચીજો જે વાપરે છે તેમનું શરીર ગમ અને અચેત બની જાય છે. અને અનેક પ્રકારના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. માટે જેઓની ઇચ્છા પોતાના બદનને નીરોગી રાખવાની હોય તેઓએ કેફી વસ્તુને છાંએ પણ ઉભા રહેવું નહિ. કેટલાક વ્યસનીને દેખીતો ગેરફાયદો નથી જણાતો તોપણ નુકશાન પામેલા વ્યસનીઓની સંખ્યા વધારે મોટી પ્રત્યક્ષ જોવામાં આવે છે અને કદાચ તરત નહિ, તો લાંબે કાળે પણ વ્યસનની માઠી અસર થયા વગર રહેતી નથી.

દારૂ, અફીણુ અને તમાકુમાં ઇશ્વિરે અમૂલ્ય ઔષધિ ગુણુ મૂકેલો છે, તેનો લાભ દરદ થાય ત્યારે લેવો. પણુ જે કોઇ વગર વ્યાધિ અને વગર જરૂરે દિવસમાં ૫૦ બીડી ફુંકતો હોય તેને મૂર્ખ સિવાય શું કહેવું ? જે કોઇ કારણુ વિના અને ગરજ વિના અફીણુના ભભા હાજીખાના દાયરામાં લીધા કરતો હોય તેને શત મૂર્ખ સિવાય શું

કહેવું ? ? જે કોઈ કિંચિત માત્ર આવશ્યકતા વગર ફક્ત મોજ શોખની ખાતર મનના ક્ષણિક સુખ અને દુષ્ટ ઉભરાઓને તાબે થઇ મોઢે દારૂના પ્યાલા માંડતો હોય તેને સહજ મૂર્ખ સિવાય વધારે બીજું શું નામ આપવું ? ?

વ્યસનીનું શરીર નબળું, તેમની ભૂખ ભાડે લીધેલી, તેમનું દિલ નરમ, તેમનું મન અસ્થિર, તેમની ચાલ દુરાચરણી, તેમનો વ્યવહાર બિન વિશ્વાસી, તેમની ઇજ્જત નહિ સરખી, અને એકંદરે તેમનું આયુષ્ય ધિક્કાર ભરેલું સમજવું."

સુજ્ઞ બંધુઓ ! " उत्तिष्ठ जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत " અર્થાત્‌ " ઉઠો, જાગૃત થાઓ અને જ્યાં સુધી આરોગ્ય અથવા આત્મમય ન થયા હો, ત્યાં સુધી ક્યાંય જરા પણ (કોઇ પણ દુર્વ્યસનોમાં) અટકી ન જાઓ. **ઓ દુ:ખી પ્રાણીઓ !** દેશમાં ધાતુહિનતા અને તેના પરિણામે પેદા થતા રોગોનું મૂળ કારણ આ મિથ્યા આહાર છે, એ ખાસ યાદ રાખજો અને તેની ગુલામગીરીમાંથી સત્વર છુટા થવાને આ વાંચો તે ઘડીથીજ નિશ્ચય કરજો. બંધુઓ ! એ શું ઓછું દુ:ખદાયક રે ! અફસોસ કારક છે, કે, કેવાં દુર્વ્યસનોના તાબે થઈ આયુ, આરોગ્ય, ધન, ધર્મ, અને કીર્તિ, કલ્યાણને ખુઓ છો ? તમારી આ અસાવધતા અને બેદરકારીના લીધે દેશમાંથી દર વરસે ૨૨ બાવીસ કરોડ જેટલી મોટી રકમ આ

" बल्यं स्निग्धं रुचिदप कफं दीपनं शीतवीर्यं ।

' અભ્રક ભસ્મ બળ, આપનાર, સ્નિગ્ધ, રૂચિકરનાર, કફ નાશક, જઠરાગ્નિ દીપન અને શીત વીર્ય છે. "

મિથ્યા આહાર પાછળ ખરચાઈ આર્ય દેશ દિન પર દિન દુઃખી અને ભિખારી થતો જાય છે. હવે તો નેત્ર ઉઘાડો અને જુઓ. ભાઈઓ ! જુઓ અને વિચાર કરી અતિ શીઘ્ર તમારા ખરા કર્તવ્યને સંભાળી. પોતાનું જીવન સફળ કરો.

મનુષ્યો પોતાનું જીવન સફળ કરે તે માટે આપણે છેવટે જગન્નિયંતા પ્રભુને પ્રાર્થીશું કેઃ-

ओ३म् विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव ।

यद्भद्रन्तन्न आसुव ॥ य. अ. ३. मं. ३.

ભાવાર્થ-હે સકળ જગતના ઉત્પત્તિ કરનાર, સંપૂર્ણ ઐશ્વર્યયુક્ત, શુદ્ધ સ્વરૂપ, સર્વ સુખોને દેનાર પરમેશ્વર ! આપ કૃપા કરીને અમારા સંપૂર્ણ દુર્વ્યસન, દુર્ગુણ અને દુઃખોને દૂર કરો. જે કલ્યાણકારક ગુણ કર્મ, સ્વભાવ અને પદાર્થો છે તે સંપૂર્ણ અમોને પ્રદાન કરો—આપો એવી પ્રાર્થના છે. ૐ તત્સત્ ૐ **तथास्तु.**

तत्तद्योगैः सकलगद हृद्व्योमसूतेन्द्र बीजम् ॥

અર્થાત્ **અભ્રકભસ્મ** જુદા જુદા ઔષધો—અનુપાનો સાથે સંપૂર્ણ દરેક જાતના રોગોને નષ્ટ કરે છે. અને પારાને પણ તે બાંધનારૂં છે. 'પુષ્ટિ કલ્પતરૂ' અનુપાન સાથે સેવનારને તો તે અનુપમ આરોગ્ય અને લાંબુ આયુષ્ય આપનાર સાક્ષાત અમૃતનું ઔષધ છે.

મિથ્યા—વિહાર

જેમ ખાનપાનની બાબતમાં મનુષ્ય બેદરકાર બની રોગના ભોગ થાય છે તેમ વિહારના સંબંધમાં પણ કુદરતના નિયમોને લાત મારી સ્વચ્છંદાચારી બની તન, મન, અને ધનની પાયમાલી કરાતી

જોવામાં આવે છે. કસરત કરવી, કે બિલકુલ ન કરવી, જરૂર વગર સ્નાન કર્યાં કરવું કે નહાવુંજ નહિ અને કુદરત વિરૂદ્ધ કર્મો કરી વીર્યનો નાશ અથવા બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરવો એ વગેરે કર્મો મિથ્યા વિહાર કહેવાય છે.

હે સુજ્ઞજનો! વર્તમાન સમયમાં આ મિથ્યા વિહારની કુટેવોથી પરમ કલ્યાણકારી વીર્ય રૂપી રત્નનો નાશ બ્રહ્મચર્યનો ભંગ. કરાતો જોવામાં આવે છે. આ અકર્મના પરિણામે આર્ય દેશ પ્રતિદિને દુર્દશાને પામતો જાય છે. અતિ ખેદ જનક બિના તો એ છે, કે જે દેશની પ્રજા એક કાળે બ્રહ્મચર્યમાં એક્કો ગણાતી તેજ પ્રજાનાં સંતાનો આગળ આજે તેના લાભાલાભનું કથન કરવું પડે છે! ઓ! ભારતપુત્રો! " ત્રેવડ ત્રીજો ભાઈ છે " " હિસાબ કોડીનો અને બક્ષીસ લાખની " એ આદિ કહેવતો બતાવી આપે છે કે, આપણે કરકસરની બાબતમાં ઘણા કુશળ છીએ; પણ અફસોસની વાત છે, કે આપણી આ કુશળતા માત્ર પૈસાની લેવડ દેવડ, માલની ખરીદ વેચાણ એ આદિ વહેવારની બાબતમાંજ જોવામાં આવે છે! પણ " વીર્ય " જેવું અમૂલ્ય ધન, કે જેના ઉપર ઉપલી સઘળી બાબતનો આધાર છે, તેની જમા બાજુનો વિચાર કર્યા વગરજ કેવળ મોજી-શોખી બની તેનો છુટથી દુરૂપયોગ કરવામાં મઝા માણવી અને પાયમાલ થવું એ શું ઓછું શરમ ભરેલું છે? બંધુઓ! તમે ચોક્કસ યાદ રાખજો અને ખાત્રીથી માનજો, કે તમારી સઘળી શારીરિક દુર્દશાનું મુખ્ય કારણ બ્રહ્મચર્યનો ભંગજ છે. એ બ્રહ્મચર્યના ભંગથીજ ચહેરાનું ફીકકું પડવું, કામકાજ પર અભાવ થવો, પ્રમેહ, અજીર્ણ, કેડ તથા બરડાનું ફાટવું, માથામાં ચક્કર અને

પગોમાં કળતર, વિષયના વિચાર માત્રથી વીર્યનો સ્ત્રાવ થવો, સ્વપ્ન તથા પેશાબમાં ધાતુનું જવું, થોડા શ્રમથી થાકી જવું, સ્વભાવનું ચીડીઆપણું, એ વગેરે અનેક રોગો ઉત્પન્ન થાય છે, અને તાત્કાલિક ઉપાયો લેવામાં આવતા નથી તો એ વ્યાધિઓ એટલું ભયંકર રૂપ ધારણ કરે છે, કે **નપુંસક** બનાવી આખી જીંદગી નકામી કરી મૂકે છે. કેટલીક વખત અકાળ મોત પણ ઉપજાવે છે. જે ખેદકારક રીતે બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરાય છે તે પ્રાણઘાતક મુખ્ય ત્રણ રીતો જોવામાં આવે છે: (૧)**હસ્તમૈથુન**.(૨)**સૃષ્ટિક્રમવિરૂદ્ધમૈથુન** (૩)**બહુમૈથુન.**

આ કુટેવનાં કારણો.

આ વિનાશકારી કુટેવો પડવાનાં કારણો ઘણાં હોઇ શકે, પણ કેફી પીણાં, શૃંગારરસ પ્રધાન પુસ્તકોનું વાચન, નાટક, ગાયન, વાજીંત્ર, તમાસા વગેરે જોવાં સાંભળવાં, નીચ મનુષ્યોની સોબત થવી, એ આ કુટેવો પડવાનાં ખાસ કારણો છે, એટલુંજ નહિ પણ તે પતિવ્રત અને પત્નીવ્રતને ભંગ કરાવનાર ખરેખર સાધન થઇ પડે છે. કારણ કે શૃંગારી ચોપડીઓમાં ઘણી વખત એવીજ વાર્તાઓ જોવામાં આવે છે, કે તે વાંચતાં કોમળ મગજમાં તેની નઠારી છાપ પડી કેટલીકવાર

वयः स्तंभकारी जरामृत्युहारी बलारोग्यधारी महाकुष्ठहारी

શુદ્ધ અભ્રક ભસ્મ—આયુષ્યને ટકાવી રાખનારી, ઘડપણ તથા મૃત્યુને હરનારી, બળ તથા આરોગ્યને આપનારી અને મહા કુષ્ઠ-કોઢ ને નાશ કરનારી છે."

બંધુઓ ! અભ્રક ભસ્મના અસાધારણ ગુણોની સત્યતાને માટે આ શાસ્ત્રોકત પ્રવચનોના પુરાવા કંઇ જેવા તેવા ન સમજવા. એતો સંપૂર્ણ સત્યજ છે એ તમે ખાત્રીથી માનજો.

જીંદગી પણ બરબાદ કરી મૂકે છે. નાટક વગેરેમાં ગાયન કરનાર સ્ત્રી- અથવા સ્ત્રીઓના પોશાકમાં સજ્જ થયેલા પુરૂષોનો દેખાવ, હાવભાવ અને સ્વર અંતઃકરણને વિદીર્ણ કરી આયુષ્યભરને માટે કામની વિકારી ભાવના ઉત્પન્ન કરવામાં મહાન મદદગાર થઈ પડે છે. આજ પ્રમાણે દુરાચરણી સ્ત્રીપુરૂષોનો સમાગમ પણ અનેક વિકારો પેદા કરે છે. અને તેમ થતાં ઘણાં સ્વચ્છંદી અને નિરંકુશ છોકરા અને છોડીઓ વ્યભિચાર કરતાં શિખે છે. આટલા માટે જે કારણોથી બાળકોના મનમાં વિકારો પેદા થવાનો સંભવ છે તેવાં કારણોથી તેમને દૂર રાખવાં અને સારે માર્ગે દોરવાં એ માબાપ, આચાર્ય અને શિક્ષકનું મુખ્ય કર્તવ્ય છે.

આ કુટેવોનાં ભયંકર પરિણામો.

આ કુટેવો જાતેજ રોગ છે. તે એવો ભયંકર વ્યાધિ છે, કે તેનાથી બીજા અનેક દરદો પેદા થાય છે. વળી જો તેને છોડવાનો દૃઢ નિશ્ચય કરવામાં આવતો નથી તો દુર્વ્યસનોની માફક એ કુટેવો મરણ સુધી રહે છે.

માબાપની ફરજ.

અનેક દેવ દેવીઓ કરી, બાધા આખડીઓ રાખી, પૈસાનું પાણી કરી, **ભૂવા, જોશી, જતીનાં** ચરણ તળાંસી અને છેવટે

॥ मृताभ्रकं कामबलप्रदंच विषंमरूच्छ्वास भगंदराख्यम्

मेहभ्रमं पित्तकफं चकासं क्षयंनिहन्त्येवयथानुपानात् ॥

અર્થાત્-મારેલું અભ્રક, પુરૂષત્વ અને બળને વધારે છે. વિષ, વાયુ, શ્વાસ, ભગંદર, પ્રમેહ, ભ્રમ, પિત્ત, કફ, ખાંસી, અને ક્ષય એ રોગોને યોગ્ય અનુપાન સાથે સેવન કરવાથી દૂર કરે છે.

લોહીનું પાણી પાણી કરી દેવને દુર્લભ એવાં પ્રાપ્ત કરાયેલાં તમારાં આ છોકરાં ઉપરોક્ત કેફી દુર્વ્યસનાદિ નઠારી કુટેવોનાં ભોગ બની જીંદગી બરબાદ કરી મૂકે નહિ, તે માટે પૂરતી સંભાળ અને દેખરેખ રાખવાની તમારી કેટલી આવશ્યક ફરજ છે તેનો વિચાર કરો. એ ખાસ કરીને યાદ રાખજો, કે આ પ્રાણઘાતક નઠારી ટેવોનું મુખ્ય કારણ નઠારી સોબત એજ છે. જેમ એક નૌકા કુશળ નાવિક વગર સમુદ્રના મધ્ય ભાગે ભય ભરેલી દશામાં આવી પડે છે તેમ આ સંસારરૂપી સમુદ્રમાં દેહરૂપી નૌકા એક સુખનો સાચો માર્ગ બતાવનાર સજ્જનના સમાગમ વગર નઠારી ટેવોરૂપી ખરાબીઓનો ભોગ થઈ પડે છે. આવા સંયોગોમાં સારા પુરૂષોનો સમાગમ અને જેમાં આ નઠારી ટેવોથી થતાં માઠા પરિણામોનો પૂરો ચિતાર આલેખવામાં આવ્યો હોય તેવાં અને બીજાં નીતિનાં પુસ્તકો તેમની આગળ વંચાવવાં એ ખાસ જરૂરનું છે. વળી એ ટેવો લાગુ થઇ ચુકી હોય તો એકદમ યોગ્ય ઉપચારો કરાવવામાં વિલંબ કરવો નહિ. વખત જતાં વ્યાધિ અસાધ્ય બની દેહરૂપી રત્ન જોખમમાં આવી પડે છે.

બંધુઓ! વિશેષ ખાતરીને માટે વિદ્વાન ડોકટરો પણ આ નઠારી ટેવોના સંબંધમાં કેવા અભિપ્રાયો આપે છે તે વાંચો, વિચારો અને ખરૂં શું છે તે શોધો.

ડોકટર ડેસેલેન્ડ સાહેબ લખે છે, કે:-" એક માણસને ક્ષયરોગ લાગુ પડગો હતો. છતાં એવી દશામાં પણ જ્યારે તેને એકલો રહેવા

" **अभ्राद्भवेन्नसन्देहो वज्रकायो महाबलः।**

અર્થાત્-અભ્રક ભસ્મના સેવનથી વજ્ર સમાન દેહ અને મહાન બળ થાય છે એમાં સંદેહ નથી."

દેવામાં આવતો ત્યારે હસ્તક્રિયા કરતો !! પરિણામ એ આવ્યું, કે ત્રણ માસમાં મરી ગયો. ડૉ. પાઇનિલ સાહેબ એક ચિત્રકારનું વર્ણન કરે છે, કે તેણે પોતાની સઘળી હોશિયારી હસ્તમૈથુનથી ગુમાવી હતી અને છેવટે ગાંડો બની ગયો હતો. હસ્તક્રિયા કરનારા એટલા નબળા પડી જાય છે, કે એક વખત સંભોગ કરવાથી પણ મરી જાય છે. ડૉ. ડિઝુલ્સ એક છોકરીના સંબંધમાં લખે છે, કે તેને નાની ઉમરથી વિષય વાસનાની ટેવ પડી હતી છેવટે તે ટેવ એટલી વધી પડી કે, તે વિવશ બની મરી ગઇ. બહુ મૈથુન વિષે ડૉ. સૈસ્સ સાહેબ લખે છે કે એક માણસ એટલું બધું મૈથુન કરતો હતો, કે એક દિવસ બેહોશ બની ગયો અને ત્રીજે દિવસે યમપુરીમાં પહોંચી ગયો.

એ બંધુઓ ! આ કેટલી બધી ખેદજનક બીના છે ? જુઓ પશુ પક્ષીઓ પણ પોતાને યોગ્ય એવી ૠતુ સિવાય સંભોગ કરતાં નથી તો આપણ મનુષ્ય જાતને એવી રીતે લુબ્ધ થઇ ખુઆર થવું શું ઘટિત છે ? શાસ્ત્રમાં પણ કહ્યું છે, કેઃ—

ऋतु कालाभि गामीस्यात् स्वदार निरतस्सदा ।
पर्व वर्ज व्रजेच्चैनां तद्व्रतो रतिकाम्यया ॥

અર્થાત—ૠતુકાળમાં સદૈવ સ્ત્રી સમાગમ કરવો અને પોતાની સ્ત્રી સિવાય બીજા સાથે કદાપિ સમાગમ કરવો નહિ. સ્ત્રી અને પુરૂષ બંનેને પતિવ્રત અને સ્ત્રી વ્રત પાળવું. તેમજ પર્વના દિવસો જેવા કે, પૂનમ, અમાસ, ચોદસ અને રજો ધર્મ થાય તે ચાર દિવસ સ્ત્રીથી

मृत्यु कल्पं महाव्याधिं वात पित्त कफोद्भवम् ।

અર્થાત્-વાયુ, પિત્ત અને કફથી ઉત્પન્ન એવા જે મૃત્યુ સમાન મહાવ્યાધિઓ તે પણ અભ્રકભસ્મના સેવનથી નાશ પામે છે.

દૂર રહેવું. વળી સ્ત્રી સમાગમનો હેતુ વિષયસુખમાં લિપ્ત થઇ આયુષ્ય અને આરોગ્યનું સત્યાનાશ કાઢવાનો નથી; પણ તે માત્ર કુળ પ્રકાશક ઉત્તમોત્તમ સંતાન ઉત્પન્ન કરવાનોજ છે. ઉપભોગની લાલસા એ તો પાશ્ચવૃત્તિ છે.

એરિસ્ટોટલ નામના મહાન ગ્રીકતત્વવેત્તાએ સિકંદર પાદશાહને લખ્યું હતું, કે **કામ** વૃત્તિને તાબે ન થા. એવો સ્વભાવ તો ડુક્કરનો હોય છે. ડો. એકટન સાહેબ લખે છે, કે જો મને કોઇ પૂછે કે મૈથુ-નમાં વધારે શું છે? તો હું એમજ જવાબ આપું કે, જે બીજાં કા-મોમાં વિશેષતા છે તેજ એમાં છે, અધિકતા એટલીજ કે એનાથી તંદુરસ્તીને નુકસાન પહોંચે છે.

સૃષ્ટિક્રમ વિરૂદ્ધ મૈથુન (પુરૂષ પ્રતિ પુરૂષની કુદષ્ટિ) એ મહા પાતક છે અને તે વિષે વિશેષ વર્ણનની આવશ્યકતા નથી.

ઉપસંહાર.

આ સઘળા ઉપરથી છેવટે મારે જે કહેવાનું છે તે એ છે, કે હે **આર્ય સંતાનો**! આહાર વિહારમાં તેમજ નિત્યના વિચારોમાં કરાતી આ જીવલેણ ભૂલોનો સત્વર ત્યાગ કરો. મનને કબજે રાખવું, વિદ્યાભ્યાસ કરવો, નિયમિતપણે તાજો ખોરાક ખાવો, ચોકખી હવા લેવી અને યોગ્ય કસરત કરવી એ આદિ કામોથીજ દુનિયાંમાં જે અમૂલ્ય પદાર્થ **આરોગ્ય** અને **આત્મબળ** છે તેને તમે મેળવી શકશો.

ઓ પ્રિય ભારત વર્ષ! એ યાદ રાખવું, કે આયુર્વેદમાં શરીરને આરોગ્ય રાખવાને ઘણા નિયમો આપવામાં આવેલા છે પરંતુ

તે સઘળામાં **વીર્યની રક્ષા** કરવી એ મુખ્ય છે, એમ જણાવી તે વિષે પુષ્કળ વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. શ્વાસોશ્વાસ સાથે જપ્યા કરજો કે, વીર્યની રક્ષા કરવાનું ઉત્તમોત્તમ સાધન બ્રહ્મચર્ય છે. તમે જુઓ કે **મહાભારતના** યુદ્ધ પ્રસંગે પરમાત્મા શ્રી કૃષ્ણની પ્રતિજ્ઞા તોડાવી હાથમાં હથિયાર ઝલાવનાર **ભીષ્મ પિતામહની** ભીષણ પ્રતિજ્ઞાથી કોણ અજાણ્યું છે ? તેમને પરણવાને ઘણા ડાહ્યા માણસો ઉપદેશ કરતા તેનો દૃઢતાપૂર્વક તે કેવો ઉત્તર આપે છે તે જુઓ. **ત્રિલોકના સામ્રાજ્યનો ત્યાગ કરવો,** સ્વર્ગનો અધિકાર છોડી દેવો, કિં બહુના પૃથ્વી, પાણી, પવન, સૂર્ય, ચંદ્ર, અગ્નિ, આકાશ વગેરે પોતાનો સ્વભાવ છોડી દે, યદિ ઇંદ્ર પોતાનો વૈભવ અને યમરાજ પોતાનો ન્યાય છોડી દે, તો પણ હું બ્રહ્મચર્ય વ્રતને કદિ પણ છોડીશ નહિ. ત્રિલોકનું રાજ્ય અને વૈકુંઠનો અધિકાર ખુશીથી છોડી દઉં, પણ સત્યનો પંથ હું કદિ પણ છોડીશ નહિ. પણ સુજ્ઞજનો! વિચાર કરો, કે તેમની આ અસાધારણ દૃઢતા અને ચિત્તની સ્થિરતા ક્યાંથી પેદા થઇ ? માત્ર બ્રહ્મચર્ય પાલનથીજ. આપણે ઘડી ઘડીમાં વિચારો ફેરવીએ છીએ, બોલેલું પાળી શકતા નથી, ઘણું બોલવા છતાં કશું કરી શકતા નથી એ વગેરેનું કારણ હવે તમારા લક્ષમાં પૂરેપૂરૂં આવ્યું હશે.

"**रोगान्हत्वा दृढ बलचयं वीर्य वृद्धिं विधत्ते ।**
तारूण्याढ्यं रमयतिशतं योषितां नित्यमेव ॥

અર્થાત—અભ્રકભસ્મ રોગોને હણે છે, શરીરને મજબુત કરી બળ અને વીર્યને વધારે છે, તથા જવાની પ્રાપ્ત કરાવીઅત્યંત સામર્થ્ય આપે છે"

હવે આથી ઉલટી બાજુનો વિચાર કરો. મહાભારતના યુદ્ધ પ્રસંગે મહા પ્રતાપી અભિમન્યુ અનેક વીર પુરૂષોની સાથે હતો નહતો થઇ ગયો તેનું કારણ શું તમને જાણીતું નથી ? યુદ્ધમાં જવાની આ-ગલી રાતેજ તે મોતને નોતરૂં દઈ ચૂકયો હતો. એટલે કે તેણે બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કર્યો હતો. પૃથુરાજ જેવો મહારથી દુષ્મનોના હાથમાં પકડાયો અને સમસ્ત દેશને પરતંત્રતાની બેડીમાં જકડતો ગયો એ વાત કોને અજાણી છે ! તેના કારણમાં તે પોતેજ કહેતો ગયો છે, કે:—" હું જ્યારે રણ સંગ્રામમાં જવા નીકળ્યો ત્યારે મારી કમર રાણીએ કસીને બાંધી હતી." નેપોલીયન કે જેના નામથી આખો યુરોપખંડ કંપી ઉઠયો હતો તે પોતાની ઉન્નતિના ઉચ્ચ શિખરથી એકાએક દુખના ખાડામાં ગરક થયો તેના કારણમાં ઇતિહાસ સાક્ષી પૂરે છે, કે યુદ્ધમાં જતા પહેલાં તેણે પોતાનું ખુન પોતાના હાથેજ કર્યું હતું એટલે કે આગલી રાતે તેણે બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કર્યો હતો. આતો આગળ પડતા પુરૂષોની વાત થઇ પણ તે સિવાય કેટલાંય માણસો પોતાનું ખુન પોતાને હાથે કરી ચૂક્યાં છે અને આજ પણ કર્યાં કરતાં હશે તે વાત તો તેમને પોતાનેજ જાણીતી હોવી ઘટે છે.

" दीर्घायुष्का जनयति सुतान्सिंह तुल्य प्रभावान् ।
मृत्यो र्भीतिं हरति सततं सेव्यमानं मृताभ्रम् ॥

અર્થાત્ લાંબા આયુષ્યવાળા અને સિંહની સમાન પરાક્રમી પુત્રો પેદા કરે અને નિરંતર અભ્રક ભસ્મને સેવનાર મૃત્યુના ભયને પણ જીતે છે." સુજ્ઞજનો ! એટલાજ અવશ્ય ૯૯ શ્રદ્ધાથી અભ્રક ભસ્મનો 'પુષ્ટિકલ્પતરૂ' સાથે યોગ્ય અનુભવ કરી જોવા ખાસ ભલામણ છે.

પ્રિય વાચક! આ સંબંધમાં જેટલું ન કહેવાય તેટલું ઓછું જ છે. તેમ કરવા જતાં પુસ્તકનાં પુસ્તક ભરાય તોપણ તેનો પાર આવે તેમ નથી. ટુંકામાં સાર માત્ર એટલોજ છે, કે પોતાનાં દેહ તથા આત્માપર દયા લાવી સાંસારિક તુચ્છ સુખોને તાબે ન થાઓ, અને વીર્યની રક્ષા કરી સંપૂર્ણ સુખો સાથે આત્મ કલ્યાણ કરો. અલ્પ સમયના માની લીધેલા ક્ષુલ્લક આનંદની ખાતર ખરા આત્મ સુખને વિસરી જઇ અનેક કેફી દુર્વ્યસન તથા દુર્વિષયાદિ પાપ કર્મો વડે આયુ, આરોગ્ય, ધન, ધર્મ અને કીર્તિ કલ્યાણની પાયમાલી ન કરો. **ઓ ! આર્યા વર્ત**! સત્વર મનોનિગ્રહી બન, એ તુચ્છ કારી દુર્વ્યસનોનો ત્યાગકર એસિવાય " **नान्यं पंथा विद्यंतेयनाय** " બીજો કોઇ કલ્યાણ પ્રદ માર્ગ નથી.

અનેક પ્રકારના દુર્વ્યસનોને વિવશ બની પોતાના દેહ અને આત્માને કષ્ટ આપનાર **ઓ વિચિત્ર યતિઓ** ? સાવધ રહો, આ દુર્વ્યસનોને તજો અને ગરીબોના ઉદ્ધારક બનો. આમ થતાંની સાથેજ આપણું હાલનું હિંદુસ્તાન પૂર્વના મહાન આર્યા વર્તમાં ફેરવાઇ જશે. બળ, બુદ્ધિની સાથે દેશમાં હુન્નર, ઉદ્યોગોનો પ્રકાશ થશે, અને તમારા દેહ, દેશ, આત્મા અને જીવન ઉપર તમને પ્રેમ ભાવ ઉત્પન્ન થશે. **वसुधैवकुटुंबकम्** । એજ ધર્મ છે અને એજ જીવન સર્વસ્વ છે.

नित्यं हिताहार विहार सेवी समीक्ष्यकारी विषयेष्वसक्तः ।
दाता समः सत्य परः क्षमावानाप्तोपसेवीचभवत्यरोगः ॥

અર્થાત્—જે માણસ હમેશાં હિતકારક આહાર તથા વિહારનું સેવન કરે છે. દરેક કાર્ય વિચારીને કરે છે. વિષયોમાં આસક્ત થતો નથી. દાન કરવાવાળો છે સૌની સાથે સમાનતા રાખવાવાળો છે. સત્ય બોલનારો છે. ક્ષમા રાખવાવાળો છે. પવિત્ર પુરૂષો તથા વડિલોની સેવા કરવા વાળો છે. તે **भवत्यरोगः**—એટલેકે નિરોગી બને છે અથવા રહે છે. " વાગભટ્ટ "

આર્ય સુજ્ઞ જનો! આ સંપૂર્ણ લેખની સૂચનાઓ આરોગ્યના રક્ષણ માટે છે, પરંતુ છેલ્લો શ્લોક એ સમગ્ર લેખના સંક્ષિપ્ત સાર-રૂપ હોઈ કરોડોની કીમતનો છે. તે તરફ અમે વાચકનું અંત્યત લક્ષ ખાસ કરીને ખેંચી પરમાત્માને પ્રાર્થીશું કે, દયાલુ પ્રભો કર્તવ્ય ધર્મ બજાવવાને અને જીવન સર્વસ્વ પાળવાને સૌમાં સદ્બુદ્ધિ પ્રેરો.

ॐतत्सतॐ अस्तु.

સુજ્ઞ બંધુઓ! આ નાનકડું પુસ્તક કેટલું ઉપયોગી છે હવે તે સંબંધે વિચાર કરશો, અને તેમાં સમાયલા ઉપદેશ પ્રમાણે વર્તી અન્યને વર્તવા પ્રેરશો તો લેખકનો શ્રમ સફળ મનાશે.

"સર્વાત્મહિતચિંતક" ઔષધાલય

અને

તેમાં બનતાં શાસ્ત્ર તથા સંત મહાત્મા પ્રેરિત અનુભવ સિદ્ધ

ઔષધો.

કોઇ પ્રશ્ન કરે કે, દરેક રોગરૂપ અકાળ મૃત્યુને સત્વર નિર્મૂળ કરવા સાથે, બળ, બુદ્ધિ, વીર્યની સર્વોત્તમ વૃદ્ધિ કરી આયુ, આરોગ્યનું ખરેખર રક્ષણ કરે, એવી કોઇપણ દવા છે? તો તેના ઉત્તરમાં, એજ, દૃઢ હિમ્મત સાથે અને શાસ્ત્રાનુસાર, કહીશું કે છે; અને તે માત્ર. આર્ય મહર્ષિઓનું—સર્વોપરિ શ્રેષ્ઠ.

અભ્રક—ઔષધ.

(શુદ્ધ કૃષ્ણા-વજ્રાભ્રકની ભસ્મ.)

શાસ્ત્રસિદ્ધ અને અનુભવસિદ્ધ અકાળ મૃત્યુ જીતનાર જગદ્વિખ્યાત આયુ, આરોગ્ય રક્ષણી " **શુદ્ધ અભ્રક ભસ્મ** " સાક્ષાત્ અમૃત રૂપ ઔષધ છે.

આયુષ્ય, આરોગ્ય અને વીર્ય વધારવાનો તેમાં ખાસ ગુણ

છે. ઝેરી વ્યસન, હસ્તક્રિયા અને બહુમૈથુન વગેરે કુટેવોથી મગજ તથા જ્ઞાનતંતુઓમાં આવેલી નાકોવતી અથવા નપુંસકતામાં શક્તિ આપનાર ' અભ્રકભસ્મ ' ચોક્કસ અને અદ્વિતીય ઔષધ છે. ' પુષ્ટિ કલ્પતરૂ ' નામની દવાના અનુપાન સાથે જો તેનું સેવન કરવામાં આવે તો મગજ અને વીર્ય સ્થાનોમાં ઝેરી દુર્વ્યસન આદિ કુટેવો વડે ઉત્પન્ન થયેલી ગરમી અને દરેક હરકતોને ' અભ્રકભસ્મ ' સત્વર નાબુદ કરવામાં આબાદ ઉપાય છે. ' અભ્રકભસ્મ ' ઘડપણને દૂર કરી જવાનીને ટકાવી રાખનાર સૌથી ઉત્તમ અને અકસીર ઇલાજ છે. ' અભ્રકભસ્મ ' આયુષ્ય અને પુરૂષત્વ પ્રાપ્ત કરવાનું ઔષધિ રૂપી યંત્ર છે. અભ્રક ભસ્મ ' વિષય સુખથી નિરાશ થએલા પુરૂષો માટે અમૃતરૂપી ઔષધ છે. ' અભ્રકભસ્મ ' વિલાસ સુખ અને આરોગ્ય, આયુષ્યનો એક મહાસાગર છે; શુદ્ધ વજ્રાભ્રકની ભસ્મ સંપૂર્ણ રોગોને જીતી દેહને ખરેખર વજ્ર સમાન મજબુત બનાવી આરોગ્ય, આયુષ્ય અને અત્યંત પુરૂષત્વ આપનાર શાસ્ત્ર તથા અનુભવ સિદ્ધ સચોટ અને ચોક્કસ દવા છે. **બાહોશ વિદ્વાન અને પ્રખ્યાત ડાકટર ત્રિભોવનદાસ મોતીચંદ એલ. એમ. પણ લખે છે કે, “ અભ્રકભસ્મ ” પૌષ્ટિક, શોધક, અને પુરૂષત્વ આપનારી છે. ”**

વારંવાર થતો પેશાબ, તથા ધાતુસ્ત્રાવ, દરેક જાતના પ્રમેહ, મધુપ્રમેહ, ખાંસી, ક્ષય, મગજ તથા પાચનક્રિયાનાં દરદો, વાંઝીયાપણું તથા ગર્ભાશયના દોષો અને કોઈપણ કારણથી થયેલી ધાતુ વિક્રિયા વગેરે વિવિધ ભયંકર વ્યાધિઓમાં ખાસ શુદ્ધ “ વજ્રાભ્રકની ભસ્મ ” અજાયબ ગુણ આપે છે. વળી આર્યશાસ્ત્ર સાબીતી આપે છે કે:—

अभ्रंकषायंमधुरंसुशीत । मायुष्करं धातुविवर्द्धनंच ॥
हन्यात्रिदोषं व्रणमेहकुष्ठं । प्लीहोदरं ग्रंथि विषकृमींश्च ॥

પ્રમાણુ ગ્રંથ ભાવપ્રકાશ.

અર્થાત્—અભ્રક-કસેલી, મધુર, ઘણી શીતળ, આયુષ્ય કરનાર, ધાતુને વધારનાર, અને ત્રિદોષ, વ્રણ, પ્રમેહ, કોઢ, બરોળ, ગ્રંથિ, વિષ તથા કૃમિ નાશક છે."

देह दार्ढ्यस्य सिद्ध्यर्थं त्रिगुंजं भक्षयेत्घनम् ।
नातःपरतरं किंचिज्जरामृत्यु विनाशनम् ॥

અર્થાત્-શરીરને દૃઢ (મજબુત) થવા માટે શુદ્ધ **અભ્રકભસ્મ** ત્રણ રતી ભારનું હમેશાં સેવન કરવું જોઇએ. **અભ્રકભસ્મ** સિવાય બુઢાપા અને **મૃત્યુ**નો નાશ કરનારી બીજી કોઈ ઓષધિ નથી."

સુજ્ઞ સમજુઓ ! આ સર્વોપરિ ગુણકારી ચોક્કસ અને અક્સીર ઔષધિનો સૌ કોઈ લાભ લઈ શકે એવા જન કલ્યાણના હેતુથી અમે તેની કીમત ઘણીજ જુજ અને તે માત્ર આ પ્રમાણે રાખી છે:-

શુદ્ધ કૃષ્ણા-વજ્રાભ્રકની-(હજાર પુટી-ભસ્મ). તોલા એકના રૂ.૩૨
નં. ૨—,, (આરસો પુટી ભસ્મ) તોલા એકના રૂ. ૧૦
નં. ૩—,, (સોપુટની ભસ્મ). તોલા એકના રૂ. ૪
અને નં. ૪ ની કૃષ્ણા—વજ્રાભ્રકની (નિશ્ચંદ્ર ભસ્મ) તોલા એકના રૂ. ૨

☛ દરેક પ્રકારની અભ્રકભસ્મોના ગુણ સરખાજ છે. પરંતુ વધારે પુટ દીધેલી વિશેષ ગુણકારી મનાય છે.

પુષ્ટિ કલ્પતરૂ.

આ અભ્રકભસ્મની સાથે વાપરવાનું સર્વોત્કૃષ્ટ અને ખાસ અનુપાન છે. તે મગજ તથા વીર્ય સ્થાનોની ખોટી ગરમી દૂર કરી કોઇ પણ પ્રકારે થતા વીર્યસ્ત્રાવને અટકાવી પુષ્ટિ આપે છે. અતિ વિષય, હસ્તદોષ, સ્વપ્ન તથા પેશાબનો ધાતુશ્રાવ વગેરે કારણોથી જ્ઞાન તંતુઓ અને વીર્ય વાહિની નસો નબળી પડી જાય છે. એવી નબળાઇમાં 'પુષ્ટિ કલ્પતરૂ' સાથે શુદ્ધ "કૃષ્ણાભ્રક ભસ્મ" વાપરવાથી મર્મ સ્થાનોને સુધારી વીર્ય તથા મગજની પુષ્ટિ કરી સર્વોતમ પુરૂષત્વ આપે છે.

પુરૂષોના ધાતુ વિકારોને સ્ત્રીઓના ધાતુશ્રાવ-પ્રદર ધુપણીને, હૃદય અને પાચનક્રિયાની અશક્તિને સત્વર નષ્ટ કરી નપુંસકતાના ભયાનક વ્યાધિને નાબુદ કરે છે. આયુ, આરોગ્યને વધારે છે. બુદ્ધિ તથા સ્મરણ શક્તિની અતિ શીઘ્ર વૃદ્ધિ કરી અકાળ મૃત્યુને જીતનાર તે, સાક્ષાત અમોઘ અમૃત શાસ્ત્ર અને અનુભવ સિદ્ધ થઇ ચૂકયું છે.

ધાતુ દોષના લીધે શરીર અને મનમાં અનેક પ્રકારની વિક્રિયાઓ માલુમ પડયા કરે છે અને અનેક ઉપાયો કરવા છતાં તે ઉપાયો લાગુ પડવાના બદલે ઉલટું નુકશાન થયા કરે છે. વીર્ય સંબંધી વિક્રિયાઓમાં આ 'પુષ્ટિ કલ્પતરૂ' સાથે શુદ્ધ 'કૃષ્ણાભ્રકની ભસ્મનો અમે ઘણા દરદીઓપર અનુભવ કરી જોયો છે અને તે અનુભવના અંતે એ આર્ય પ્રયોગ પૂરેપૂરો ગુણ કરનાર અકસીર જણાયો છે. ખાસ પરહેજી નથી અને દરેકની પ્રકૃતિને દરેક રૂતુમાં અનુકૂળ આવે

એવો ખરેખર ઉપયોગી અને તદ્દન નિર્ભય પ્રયોગ છે. આ ઉપાય રોગીના રોગોને નિર્મૂળ કરે છે, અને નિરોગીની આરોગ્યતાને વધારી કાયમ શકિત બક્ષી મનોર્થોને પૂર્ણ કરનાર સાક્ષાત કલ્પવૃક્ષ રૂપ છે.

દેશ બંધુઓ ! બજારૂ ટોનીક ગોળીઓ પાછળ ધન, ધર્મ, સમય અને શરીરની પાયમાલી કર્યા કરતાં એકવાર આ સ્વદેશી આર્ય ઔષધ શુદ્ધ "કૃષ્ણાભ્રક ભસ્મ" નો 'પુષ્ટિ કલ્પતરૂ' અનુપાન સાથે યોગ્ય અનુભવ કરી જોવા ચૂકવું નહિ એવી જનહિતાર્થ ભલામણ છે.

આ દવા અત્યંત સ્વાદિષ્ટ છે અને ઘી, મધ અથવા દૂધ સાથે લેવાય છે તથા તે તદ્દન નિર્ભય અને પવિત્ર છે. '**પુષ્ટિ કલ્પતરૂ**' **અનુપાન-દવાની ડબી એકનો કીંમત રૂ. ૧ એક.**

અનેક હઠીલા રોગોને આરામ કરનાર.

મહાશકિતરાજ ગુટિકા.

આ ગોળીઓનો ખાસ ગુણ દરેક જાતના પ્રમેહોને મટાડવાનો અને ધાતુવૃદ્ધિ સાથે સર્વોત્કૃષ્ટ શકિત આપવાનો છે. પ્રમેહ, મધુપ્રમેહ, મૂત્રરોગ, સ્વપ્ન તથા પેશાબમાં જતી ધાતુ, કેફી વ્યસન, બહુ મૈથુન અને હસ્તદોષાદિ કુટેવોની કમજોરી, જુનો પરમો, ગરમી, રકતદોષ, તથા સ્ત્રીઓના પ્રદર, આદિ ગર્ભાશય વગેરે વગેરેના વિવિધ વ્યાધિઓને તાકીદે આરામ કરી પુરૂષત્વ અને કાયમશકિત બક્ષનાર સત્વર અકસીર તથા ચોક્કસ ઉપાય છે. **કી. ગોળી ૧૦૦ ની ડબી ૧ ના રૂ. ૨-૪-૦ ખાસ પરહેજી નથી,**

આ ગોળીઓ સાથે 'પુષ્ટિ કલ્પતરૂ, અનુપાનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ત્વરિત અને અવર્ણનીય ગુણ તથા સંતોષની પ્રાપ્તિ થાય છે. તે **તદ્દન નિર્ભયપ્રયોગ હોઇ અવશ્ય અનુભવવા યોગ્ય છે.**

જવરહર-વટી.

આ ગોળીઓ દરેક જાતના તાવોને મટાડે છે. જેમકે,—રોજીંદો, એકાંતરીઓ, તરીયો, ચોથીઓ, ઉનો, ટાઢીઓ, મલેરીઆના વિષથી ઉત્પન્ન થયેલો તથા ચાલુ સમયના અનેક પ્રકારના તાવોને આ ગોળીઓ નાશ કરનાર ચોક્કસ તથા જાદુઇ ઉપાય છે. **કીંમત ડબી ૧ નો રૂ. ૧**
—**સુચના**—યાદ રાખવું જોઇએ કે આ ગોળીઓમાં સોમલ, હરતાળ સેમોલ, એન્ટીપાઇરીન, એન્ટીફીબ્રીન કે ફીનાસીટીન જેવી નુકસાનકારક, જુલમી દવાની એકે મેળવણી નથી.

જઠરાગ્નિ દીપન—વટી—(ક્ષુધા સાગર વટિકા.) એ પેટનાં અનેક દરદોનો સત્વર નાશ કરનાર અકસીર ગોળીઓ છે. અજીર્ણ, આફરો, બંધકોશ, કમળો, બરોળ, વગેરેને મટાડી પાચનક્રિયા નિયમિત બનાવી દસ્ત સાફ લાવે છે. પેટમાં ભરાયેલા વાયુને દુર કરી ભૂખ ઉઘાડે છે. તથા શરીરનો રંગ ગુલાબી બનાવે છે. ખાવામાં ઘણી સ્વાદિષ્ટ છે. કીં. ગોળી ૬૦ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

ઉધરસની દવા—બમે તે પ્રકારની ઉધરસ આ દવાથી નાશ પામે છે. કીં. ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

પાચક ચુર્ણ—ઘણું સ્વાદિષ્ટ છે તથા દીપન, પાચન હોવાથી પેટની ચૂંક, ગોળા, અરુચી, ઉબકા, અને નળબંધ વાયુ વગેરેને સત્વર મટાડે છે. અને રૂચી ઉત્પન્ન કરી ભુખ લગાડે છે. કીં. ડબી. ૧ નો રૂ. ૧

બાળામૃતવટી— આ ગોળીઓથી બચ્ચાંના, તાવ, ઝાડો, ઉધરસ, આંચકી, વરાધ, અને અશક્તિ વગેરે મટી બાળકો તંદુરસ્ત બને છે કી. ડબી ૧નો રૂ. ૧.

શ્વાસ કુઠાર—આ દવાથી સ્વાસ, દમ, ઉધરસ વગેરે વગેરે મટે છે. કીં. ડબી ૧ નો રૂ. ૧

દુઝતા હરસની દવા—આ દવાથી હરસનું લોહી એકજ દિવસમાં બંધ થાય છે. અને થોડા સમયના ચાલુ સેવનથી લોહી શુદ્ધ થાય છે. શરીરનું બળ તથા વર્ણ ઉત્તમ થાય છે. શકિત આવે છે. પાચનક્રિયા નિયમિત બની દસ્ત સાફ આવે છે અને બિન હરકતે હરસમાં આરામ થઇ હમેશને માટે લોહી દુઝતું બંધ થાય છે. કીં, ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક

ચંદ્રપ્રભા ગુટિકા—આ ગોળીઓ શિલાજીત અને લોહભસ્મની મેળવણીથી બને છે અને તેમાં નામ પ્રમાણેજ ગુણ હોવાથી શાસ્ત્ર તથા જગ પ્રસિદ્ધ છે. વીર્ય તથા પેશાબના સંપૂર્ણ રોગોને સમૂળ નાશ કરનાર જગજાહેર અને ચોકસ ઉપાય છે. મુનિશ્રી વાગભટજી જણાવે છે કે:—"એવો કોઇ સાધ્ય રોગ નથી કે જેને વિધિ પ્રમાણે યોજેલો શિલાજીત તત્કાળ મટાડે નહિ, અને સ્વસ્થ (તંદુરસ્ત) માણસને ઘણું પરાક્રમ આપનાર છે." કી, તોલા ૧ ની રૂ. ૧ એક

પરમા કુઠાર—આ દવા દરેક પ્રકારના પરમીયાને મટાડે છે.

ઇન્દ્રીમાં થતી બળતરા, રસી,-પરૂ બંધ કરી કળતર, સોજો, મટાડી પેશાબ સાફ લાવે છે. અને મૂત્ર નળીમાં પડેલી ચાંદીને નાબુદ કરેછે. કી. રૂ. ૨—૪-૦

મહાયોગરાજ ગુટિકા.—આ ગોળીઓ સંધિવા, તથા દરેક જાતના વાના દરદોને ચોક્કસ મટાડે છે અને સ્ત્રીઓના આર્તવ દોષ પુરૂષોના ધાતુદોષ મટાડનાર વૈદકશાસ્ત્ર તથા અનુભવસિદ્ધ અકસીર દવા છે. કી. ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક

વાત વિનાશન તૈલ—મહાયોગરાજ ગોળીઓ સાથે આ તેલ સાંધા તથા દુખાવાપર ચોળવાથી ત્વરિત આરામ થાય છે. કી. તોલા પાંચની રૂ. ૧ એક

અનેક વ્યાધિ હરણામૃત—આ (બાળામૃત) અત્યંત સ્વાદિષ્ટ હોવાથી બાળક ખુશીથી પી જાય છે અને તેનાથી તાવ, આફરો ઉધરસ, ઉટાંટીઓ અજીર્ણ, ઝાડો, આંચકી, અશકિત વગેરે વગેરે રોગો મટી લોહી શુદ્ધ થઈ બચ્ચું ઘણી જલદીથી તંદુરસ્ત બની હીંડતાં શીખે છે. કી. શીશી ૧ નો રૂ. ૦—૧૨—૦ બારઆના.

ધાતુનિગ્રહ વટી-આ ગોળીઓ કોઈપણ પ્રકારના વીર્યસ્ત્રાવને અટકાવે છે. અને ધાતુને સ્તંભન કરી પુરૂષત્વ આપે છે. આ ગોળીઓનો પુરૂષત્વ વર્દ્ધક પ્રયોગ સાથે ઉપયોગ કરવાથી ખરેખર સંતોષકારક ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. કી. ડબી ૧ નો રૂ. ૧-૦-૦.

પુરૂષત્વ વર્દ્ધક પ્રયોગ-આ તેલ અને લેપના ઉપયોગથી અપૂર્વ ગુણ જણાય છે કે જે માત્ર યોગ્ય અનુભવથીજ જાણી શકાય. વીર્યના ગેર ઉપયોગથી કે અતિયોગથી નસો-તંતુઓની નબળાઇ

અથવા નપુંસકતામાં મહાન ગુણ કરી નિરાશાનો સત્વર નાશ કરે છે અને ધાતુ સ્તંભન કરી અતિ શીઘ્ર પુરૂષત્વ આપે છે. આ પ્રયોગ દરેક રીતે નિર્ભય તથા નિર્દોષ છે. ને અનુભવ કરવા યોગ્ય છે. કીં. રૂ. ૧-૮-૦.

અપસ્માર-વાઇની દવા.-વાઇ-ફેફરૂં, જેવા ભયંકર રોગમાંથી આ દવા નિશ્ચય મુક્ત કરે છે અને જો વખતસર ઉપયોગ કરવામાં આવે તો સોએસોટકા આરામ થઇ દરદી તંદુરસ્ત બની આયુષ્ય ભોગવે છે. કીં. રૂ. ૪-૮-૦ આ દવાનો વાઇના રોગીને જરૂર અનુભવ લેવા ભલામણ છે.

આર્તવ રક્ષણી.—આ ગોળીઓ સ્ત્રીઓના ઋતુ સંબંધી સઘળા દોષોને મટાડી નિયમિત કરે છે, અને ગર્ભાશય શુદ્ધ કરી ગર્ભ ધારણ યોગ્ય બનાવે છે. કીં. ડબી ૧ ના રૂ. ૨-૦-૦.

પ્રદરનાશન—આ દવાથી સ્ત્રીઓના પ્રદર-ધુપણી, લોહીવા, અને દરેક પ્રકારની જતી ધાત વગેરે મટે છે. કીં. ડબી ૧ ના રૂ. ૨-૦-૦.

નેત્ર વ્યાધિહર—આ દવાથી આંખના અનેક રોગો મટે છે. આંખ દુખવી, લાલ રહેવી, પાણી વહેતું, ઝાંખ, ખીલ, ફુલું વગરે દરદો નાબુદ થાય છે કીં. રૂ. ૧—૦—૦.

દંતરોગ નાશન—આ દંત મંજનથી દાંતનાં, મોઢાનાં, દરદ, મટી પેઢાં તથા દાંત મજબુત થાય છે. કીં. ડબી ૧નો રૂ. ૧.

ઐાષધ એક.

અથવા 'સર્વૌષધિ' આ અનેક રોગોપર અકસીર અસર કરે છે. અને દરેક ઋતુમાં દરેકની પ્રકૃતિને માફક આવે છે. આ મહૌષધ ગમે તે પ્રકારના પરિશ્રમથી કંટાળેલા મન અને થાકેલા શરીર,-મગજ, જ્ઞાનતંતુ વગેરેને પીવાની સાથેજ તાજાં બનાવી ફરીને મહેનત કરવાને ઉત્સાહી તથા લાયક બનાવે છે. સંક્ષેપમાં ખાસ ગુણ-પાચક, પૌષ્ટિક, રક્તશોધક, જ્વરનાશક અને વીર્યશક્તિ આપનાર છે. તથા યકૃત, બરોળ, કમળો, સળેખમ, ઉધરસ, જીર્ણતાવ, જીર્ણ-સંધિવા, જુનો પરમો, મૂત્રાશયના દરદો ગરમી, લોહીવિકાર, રક્તસ્ત્રાવ, હરસ, જુનો મરડો, કળતર કેડ તથા બરડાની ફાટ, અજીર્ણ અથવા પાચનક્રીયાનાં વ્યાધિઓને એકદમ દબાવનાર તે બીન હરીફ અને અકસીર દવા છે. પરહેજી કાંઇજ નથી તે પીવામાં સહેજ કડવું છતાં ગુણોમાં કલીકાળનું અમૃત છે. વળી તે નિર્ભય, નિર્દોષ, પવિત્ર તથા શાસ્ત્ર અને અનુભવ સિદ્ધ દવા છે. કીંમત ગુણોના પ્રમાણમાં ઘણી જુજ રૂ. ૧—૪—૦.

સૂચના—કોઇપણ પ્રકારનાં કેફી પીણાં દારૂ, ભાંગ, ગાંજો ચડ્ડા અફીણ વગેરેના વ્યસનોની ટેવમાંથી છુટવા સારૂ તથા અશક્તિ માટે અને જે બાળકોને બાળાગોળીનો બંધાણ હોય તે છોડાવા માટે તથા બચ્ચાંને જલદી પગ આવી હીંડવા સારૂ ઐાષધ એક નામની આ દવા ચોક્કસ અને અકસીર ઇલાજ છે. અને એકવાર વાપરી ખાતરી કરી જોવા ભલામણ છે.

મહુડી કપાટ રસ.—આ દવાથી નવો જુનો, અથવા ગમે તેવો ઝાડો મરડો, અવશ્ય મટે છે. કીંમત ડબી ૧ નો રૂ. ૧.

ભસ્મ અને રસ

લોહભસ્મ—નં. ૧ (સેાપુટી) તોલા ૧ ના રૂ. ૪ ગુણ—રકતપૌષ્ટિક, શકિત વર્દ્ધક અને અભ્રક ભસ્મને મળતા છે.

લોહભસ્મ—નં. ૨ તોલા ૧ ના રૂ. ૨ ગુણ ઉપર પ્રમાણે.

લોહભસ્મ નં ૩ તોલા ૧ નો રૂ. ૧ ગુણ ઉપર મુજબ.

બંગભસ્મ—તોલા ૧ના રૂ૦ ૨ ગુણ—પ્રમેહોને મટાડે છે અને પૌષ્ટિક તથા શકિત આપે છે,

તામ્રભસ્મ—તોલા ૧ ના રૂ૦ ૧૬ ગુણ–દમ, શ્વાસ, ઉધરસ વગેરેને મટાડનાર એકકોજછે.

પ્રવાળ—પરવાળાની ભસ્મ—તોલા ૧ નો રૂ૦ ૧ ગુણ શીતળ અને પોષ્ટિક છે.

સાબરસિંગભસ્મ—તોલા ૧ના રૂ૦ ૦—૮—૦ ગુણ–ઉધરસ, સરદી, દમ વગેરે મટે છે.

સુવર્ણ વસંત માલતી રસ—કીં. તોલા ૧ના રૂ. ૧૨ ગુણ–ક્ષય, જીર્ણજવર, અશકિત વગેરે મટાડી પુષ્ટિ કરનાર ઉત્તમ છે.

સુચના—આ સિવાય રસ, ભસ્મ પાક, અવલેહ, આસવો અને ચૂર્ણો તથા દરેક દરદની દવાઓ અમારા ઔષધાલયમાંથી ઉત્તમ બનેલી અને ઘણીજ વ્યાજબી કીંમતે મળી શકસે.

આ ઔષધાલયમાં—બનતી ભસ્મો તથા ઔષધોની શુદ્ધતા

તથા ઉત્તમ ગુણો અને વ્યાજબી કીમત વિશે યોગ્ય અનુભવથી સુશ પુરૂષોને ખાત્રી થશે.

☞ અગત્યની સુચના.

સુજ્ઞજનો ! વૈદ્ય તથા ઔષધો પચાર વિશે ધૈર્ય શ્રદ્ધા વિશ્વાસ અને રોગાનુસાર જોઇતી પરહેજીની જરૂર છે.

સુજ્ઞ ડાકટર ત્રિભોવનદાસ મોતીચંદ એલ. એમ. લખે છે કેઃ—" દવા કરવી તે શ્રદ્ધા સહિત કરવી. શ્રદ્ધા હોય તોજ સારી અસર થાય છે. વિશ્વાસ વિના દવા કરવી ફોકટ છે ખરૂ જોતાં દરદીની તબિયત અને વ્યાધિનું પ્રમાણ સમજવા અને ઓસડ અજ માવવાને કેટલાક કાળની જરૂર છે. અધીરા અવિશ્વાસુ અને શ્રદ્ધા રહિત રોગી તરફથી આતક આપવામાં આવતી નથી, અને છેવટ નુકશાન તેને પોતાનેજ થાય છે માટે હમેશ વિશ્વાસથી દવા કરવી."

આંબળાનું તેલ.

આ તેલ ઉત્તમ સુગંધી વસાણાંથી અને ચોકખા તેલમાંથી બને છે. આ તેલથી માથાના વાળ વધે છે. તથા કાળા સુંવાળા અને સુંદર બને છેઃ માથાનો ખોડો બીંગડાં, લુખશ, ચેળ અને દાઝને મટાડે છે. શરીરે ચોળવાથી લુખસ, અળાઇ, દાહ, તપારો, ને જીર્ણ તાવને મટાડે છે. મગજ અને આંખની ગરમીને દુર કરી શીતળતા બક્ષે છે. આ તેલ કોઇ પણ જાતનો રંગ અથવા નુકશાનકારી ચીજો સિવાય-આંબળાં અને બીજા ઉત્તમ ગુણકારી સુગંધી વનસ્પતિઓથીજ બનાવાય છે કીમત ઔંસ ત્રણની શીશીના ચાર આના. મોટી શીશીનો રૂ. ૧ એક.

જગતહિતાર્થે ઝેરીદંશના સિદ્ધ ઉપાયો.

સર્પનું ઝેર —ઉપાય—૧, સર્પ કરડે કે તરતજ ડંખની ઉપરના ભાગમાં ચાર ચાર આંગળના છેટે છેટે દોરી અથવા લુગડાથી બે ત્રણ બંધ તાણીને બાંધવા. ૨ દંશ થયેલી જગાને પોતે અથવા બીજા માણસે મોઢેથી ચૂસી ચૂસીને થુંકી નાંખવું. પરંતુ ચૂસનારનાં મોઢાની અંદર ચાંદી ન હોવી જોઇએ. ૩ જખમ થયેલો ભાગ કાપવા લાયક હોય જેમકે આંગળાં તો તે કાપીજ નાખવો, અથવા ચપુથી જખમને ખોતરી સારી પેઠે લોહી વહેવા દેવું. ૪ જખમને ડામ દેવો અથવા સુરાખારનાં કે, ગંધકના તેજાબનાં જખમ પર ટીપાં મૂકીને બાળી દેવો અથવા બંદુકનો દારૂ જખમપર મૂકી દીવાસળીથી બાળીદેવો, એ ઉપાયો તરતજ કરવા લાયક છે. ઝેર વ્યાપી ગયા કેડે નહિ.

૫ બ્રાંડી એક તોલો તેટલાજ પાણી સાથે દર પાથી અડધા કલાકે ઝેર ઉતરે ત્યાંસુધી પાયા કરવું. ૬ ફુલાવેલી ફટકડી બેઆનીભાર તેમાં ૨૦ ટીપાં સ્પિરિટ એમોનીયા એરોમેટીકનાં મેળવી પાંચરૂપીઆભાર પાણી સાથે પાઈ દેવું. એ રીતે ધાણું કરી બે ત્રણ કે ચાર વખત પાવાથી ઝેર ઉતરશે; એ ઉપાય અકસીર છે એમ અમેરિકન વૈદ્યક પત્ર કહે છે. ૭ ફુલાવેલી ફટકડી અને ફુલાવેલ ટંકણખાર દરેક બેબે આની ભાર નવટાંક પાણીમાં મેળવીને પાવું એજ રીતે દર અડધાથી એક બે કે ત્રણ કલાકે પાયા કરવું. ૮ ખ્યાસલેટનું પોતું ભીનું જખમપર મુકી રાખવું. અથવા દંશ થયેલા ભાગને તેની અંદર બોળી

રાખવું. આ ઉપાય અકસીર મનાય છે. ૯ રક્તાશયપર રાઇનું પલા-સ્તર મૂકવું અથવા ટરપેન્ટાઇનમાં લુગડું પલાળી રક્તાશય અને હોજરીપર મૂકવું. દરદી નીંદમાં પડે નહિ એવી કાંઇ તજવીજ કરવી. લીંબાં વાટી જરા આંખમાં આંજવાં ને નાકમાં નાસ દેવો. ૧૦ કુકડવેલાનું ૧ ફળ લઇ તેને થોડા પાણી સાથે ચોળી તે પાણીનાં નાકમાં બે ચાર ટીપાં પાડી નાસ આપવો ને ઝેર ઉતર્યા કેડી નાકે ઘી તાણવું.

સુચના—દેશ, કાળ, વય અને વ્યાધિ બળનો વિચાર કરી દવા વધતી કે ઓછી જરૂર પ્રમાણે આપીશકાય તેમજ ઉપરના ઉપાયો ગાય, બળદ અને ઘોડા આદિ પશુઓના પ્રાણ બચાવવાને પણ જોઇતા પ્રમાણમાં વાપરવા આ ઉપાયો વખતસર કરાશે તો શ્રી ગુરૂઇશ્વરદયાથી દરદીના પ્રાણ જરૂર બચશેજ. એમ ખચિત સમજવું.

વીંછીના દંશના ઉપાયો—દોરી આદિથી બંધ બાંધવા; મોઢેથી ચૂસી થુંકવું, ૨ કાર્બોલિક એસિડ વગેરેથી બાળી દેવુ. ૩ વચ્છનાગ પાણી સાથે ધસી દંશપર ચોપડી શેક દેવો, સુકામા કેડે ફરી તેજ લેપને પાણીથી ભીનું કરી કરી દેવતાપર સેકયા કરવાથી ઝેર ઉતરશે. ૪ અંઘેડાનું મૂળ પાણી સાથે ધસી દંશપર લેપ કરવાથી ઝેર નાબુદ થશે.

બુદ્ધિવિજય રસ.

આ પ્રયોગ બુદ્ધિ અને આરોગ્ય, આયુષ્ય તથા સ્મરણશક્તિ બક્ષનાર સાક્ષાત અમૃત અને સરસ્વતિ રૂપ છે. આ ખરેખર ઉપયોગી અને અનુભવ સિદ્ધ પ્રયોગને જગતના કલ્યાણ અર્થે અત્રે પ્રકટ કરવામાં આવે છે.

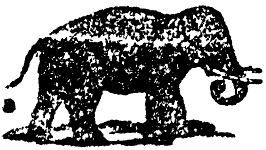
બ્રાહ્મી, શંખાવળી, માલકાંકણી, શતાવરી, ગોરખમુંડી, ગરણીનું મૂળ, અંઘેડાનું મૂળ, આંકોલના બીનાંબીજ, ભાંગરો, પીપળાની વડવાઇ, આંબળાં, વિદારીકંદ, વાંસકપુર, લીંડીપીપર, તીખાં, સુંઠ, જેઠીમધ, અકલકરો, બાવચી. કેશર, ગળો, વાવડીંગ, આસંધ, હરડે, નાગરમોથ અભ્રક ભસ્મ, લોહભસ્મ, અને શુદ્ધ ગુગળ એ દરેક તોલો એક, સોના અને રૂપાના વરગ દરેક તોલો ૫ા વજ અને શુદ્ધ શિલાજીત દરેક તોલા ચાર. કાષ્ટાદિક ચીજો નવી સરસ લેવી અને ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી ગુગળ અને શિલાજીતને પાણીમાં મેળવી ચૂર્ણમાં પટ દેવો અને સાથે ભસ્મ તથા વરગ મેળવી એક પહોર ખરલમાં ઘુંટવું, માત્રા વાલ ૪ થી વધારી તોલો ાા સુધી ૦ા થી ાા તોલો મધ અને ાાથી એક તોલો ઘી સાથે મેળવી દરરોજ ફક્ત સવારમાંજ ખાવી. ગુણ અપાર છે, શરીર અને મગજના સંપૂર્ણ રોગોને હરે છે. મહા-મૂર્ખ પણ કવિરાજ થાય. એકથી ત્રણ માસના બાળકને એક ઘઉંભાર ધાવણ અથવા પાણી સાથે હમેશા વધતા ક્રમે આપવાથી બચ્ચું બેશક અતુગ શકિત તથા બુદ્ધિસાગર નિવડે એ નિશ્ચય છે. આ દવા તૈયાર જોઇએ તો અમારા ઔષધાલયમાંથી મળી શકશે. કીં. ડબી ૧ ના રૂ. ૨ સ્મરણશકિતના તથા આરોગ્ય, આયુષ્યના અભિલાષીઓએ આ પ્રયો-ગની ખાત્રી કરી જોવા ચૂકવું નહિ.

"મનોર્થ વિજય કલ્પતરૂ."

(ઔષધિ અને યોગ સિદ્ધિથી સિદ્ધ થયેલો પ્રયોગ.)

અતિ ઉદાર વૃત્તિના પરોપકારી સંત મહાત્માના આશીર્વાદ સાથે મહાન ચમત્કારી ઔષધિ આદિ પદાર્થ સિદ્ધિઓ વડે આ પ્રયોગ સિદ્ધ થયેલો હોવાથી તે મનુષ્યોના યોગ્ય મનોર્થ ખરેખર સિદ્ધ કરનાર કલ્પ વૃક્ષ રૂપે છે. આ પ્રયોગને દૃઢ શ્રદ્ધાવડે શરીર પર ધારણ કરવાથી તેની **સુક્ષ્મ અસરો** ઉત્પન્ન થઈ અનેક ભય, વિઘ્ન, નાશ થવા સાથે આરોગ્ય, આયુષ્ય, બુદ્ધિ, સ્મરણશક્તિ અને સદભાગ્યની પ્રાપ્તિ તથા રક્ષણ થાય છે. તેમજ સર્પ, વીંછી અકસ્માત અને શત્રુ આદિ ભય નષ્ટ થાય છે. તથા મનોવિકારાદિ—નજર, નડતર, મૂઠ, ચોટ વગેરેથી રક્ષા કરનાર તે આશીર્વાદ સિદ્ધ પ્રયોગ છે. આ વિશે જુઓ સર્ટિફિકેટ નંબર ૧૭ મુ આ પ્રયોગ સ્ત્રીઓને અને બાળકોને તો અવશ્યજ ધારણ કરવો યોગ્ય છે. કીંમત માત્ર રૂ. ૨

☞ **સુચના**—આ પ્રયોગ જેઓને **માંસ** ખપે નહિ તેમનેજ ધારણ કરવું; તે સિવાયને તેથી નુકસાન થાય છે. એમ આ પ્રયોગના મૂળના પ્રયોજક **મહાત્માનું ફરમાન છે.**



પરોપકારી જનોને એક ઉમદા તક.

" આરોગ્ય રક્ષા "નું આ પુસ્તક વાંચી વિચારતાંની સાથેજ તેની ઉપયોગીતા સમજુ જનોના લક્ષમાં એકદમ આવશે. આહાર વિહારમાં માણુસો નિયમિત બની સુખી રહે તેમજ દુર્વ્યસન અને નઠારી ટેવોથી થતા ગેરફાયદા જાણી તેમાંથી બચે તે માટે એવાં પુસ્તકોનો બહોળો ફેલાવો થવાની કેટલી બધી જરૂર છે તે સહજ સમજી શકાય તેવી વાત છે. વળી માણુસો સુખી અને નીરોગ બને તેવાં પુસ્તકોનો બહોળો ફેલાવો થવામાં સહાયભૂત થવું એ ઘણુંજ પુણ્યનું કામ છે અને તેથી દરેક સમજુ અને પરોપકારી જનો આ જનહીતાર્થ કાર્યમાં યોગ્ય મદદ કરશે એવી દૃઢ આશા છે. જેઓ આ પુસ્તક છપાવવામાં મદદગાર થઇ પડશે તેઓના નામથી મદદના પ્રમાણમાં નકલો જનસમાજમાં વહેંચવામાં આવશે.

" કષ્ટ સહન કરીને કરે, ઉપકારી ઉપકાર;
કપાસ જન કાજે સહે, કષ્ટ અનેક પ્રકાર.
ક્ષણુભંગુર તનધન તણો વિશેષ શો વિશ્વાસ;
જેમ સ્વપ્નની સાહેબી, પળમાં પામે નાશ.
ઉદાર નર ને કૃપણુનો, સરખો વરો સદાય;
કસર કરે કંજુસનું, લાખ રીતે લુટાય. "

ક. દ. ડા.

આપનો સદાનો શુભેચ્છક.

મહાવીરદાસજી.

મુ૦ ધોળકા.

" શરીરે સુખી તો સુખી સર્વ વાતે,
શરીરે દુઃખી તો દુઃખી છે સદા તે."

"શારીરિક આરોગ્ય" નું પુસ્તક.

આ પુસ્તકમાં તંદુરસ્તીના માટે પ્રખ્યાત વિદ્વાન ડાક્ટરોના અભિપ્રાયો સાથે ઘણીજ અગત્યની ઉપયોગી સલાહ સૂચનાઓ છે. વળી તેમાં શાસ્ત્ર તથા સંત મહાત્માઓના કહેલા અનુભવસિદ્ધ અને નિર્ભય તથા સહેલા જુદા જુદા રોગો માટેના સરતા અને તરત બને તેવા ઉપાયો જગતના કલ્યાણ અર્થે પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યા છે. આથી તે દરેક કુટુંબમાં રાખવાને ખાસ ઉપયોગી છે, એમ વાંચતાંની સાથેજ જણાયા સિવાય રહેશે નહીં.

કીંમત માત્ર આઠ આનાની પોષ્ટની ટીકીટો મોકલનારને પોષ્ટ ચાર્જ માફ. વી. પી. થી મગાવનારને દશ આના પડશે. રૂ. ૦–૧૦–૦.

મહાવીરદાસજી.
મુ. ધોળકા.
જીલ્લે અમદાવાદ.